

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Õppekava: Klassiõpetaja

Helen Kikas
KIUSAMISVABA KOOLI TEEJUHT – ABIMATERJAL KOOLIJUHTIDELE
magistritöö

Juhendaja: Kristiina Treial, MSc

Kiusamisvaba Kooli Teejuht – abimaterjal koolijuhtidele

Resümee

Eesti kohta tehtud uuringud näitavad, et kiusamise probleem on massiline ja senine kiusamisvastane töö ei ole kandnud piisavalt vilja ega suutnud koolikiusu oluliselt vähendada. Magistritöö eesmärgiks oli koostada koolijuhtidele teadusuuringutes leitud toetuv veebipõhine abimaterjal Kiusamisvaba Kooli Teejuht ning kirjeldada seda katsetanud koolijuhtide arvamuste põhjal selle kasulikkust, kasutusmugavust ning arendusvõimalusi. Andmed katsetamisjärgsete kogemuste hindamiseks koguti intervjuude käigus.

Uurimusest selgus, et koolijuhid pidasid Teejuhi instrumenti kasulikuks ja lihtsasti kasutatavaks. Koolijuhid soovitasid täiendada Teejuhi veebilehte kahe-kolme plokki jagu: esiteks, meetodite valikud, mis sisaldaks täpsemaid selgitusi ja juhised kasuliku kasutuse kohta; teiseks, usaldusväärsed hinsamisvahendid ja küsimustikud; kolmandaks küberkiusamise-alane teave, mida personal saaks oma töös kasutada. Lisaks anti mitmeid soovitusi kasutusmugavuse suurendamiseks.

Võttesõnad: kiusamine koolis, kiusamise ennetamine, kiusamise lõpetamine, tõhusad kiusuvähendamise meetodid, kiusamisvastaste tegevuste kaardistus, soovitud kiusamise vähendamiseks, Kiusamisvaba Kooli Teejuht

Kiusamisvaba Kooli Teejuht – support matherial for the school leaders

Abstract

The reseraches about bullying in Estonia are showing, that the problem is massive, and so far, the efforts to reduce bullying had not been effective and sufficient enough to decrease the bullying substantially. The aim of this study, is to compose research-based and web-based supprot matherial Kiusamisvaba Kooli Teejuht and to describe its usefulness, ease of use and development opportunities on the basis of opinions of the school leaders. The data has been collected by interviewing.

From the research It appeared, that school leaders considered Teejuht as useful and easily applicable. Headmasters suggested to add two or three blocks of useful information to the Teejuht-webpage. Firstly, selections of the valuable and science-based methods and the instructions for the use; secondly, reliable implementation tools and questionnaires; thirdly, the information about cyber-bullying, which school staff can use for their operations. In addition, the headmasters gave many reccomendations to increase the ease of use.

Keywords: bullying at school, bullying prevention, bullying intervention, effective anti-bullying methods, mapping anti-bullying activities, recommendations for bullying reduction, Kiusamisvaba Kooli Teejuht.

Sisukord

1. Sissejuhatus.....	6
2. Kiusamine.....	7
2.1 <i>Definitsioon.....</i>	7
2.2 <i>Kiusamise tüübid.....</i>	8
2.3 <i>Kiusamise põhjused.....</i>	8
2.4 <i>Kiusamise võimalikud tagajärjed.....</i>	8
2.5 <i>Olukord Eesti koolides.....</i>	9
3. Kiusamise vähendamine Eestis ja mujal.....	10
3.1 <i>Kiusuennetusprogrammide tähtsus.....</i>	10
3.2 <i>Riiklikud kiusamisvastased kavad.....</i>	10
3.3 <i>Kiusamisvastased programmid Eestis.....</i>	11
4. Kiusamise vähendamine koolides.....	14
4.1 <i>Peamised põhimõtted ja tähtsad elemendid koolis kiusamise vähendamise kava koostamiseks.....</i>	14
4.1.1 <i>Suunatus sotsiaalsete oskuste arendamisele ja käitumise ning uskumuste modifitseerimisele.....</i>	14
4.1.2 <i>Kogu kooli ja lapsevanemate kaasatus.....</i>	14
4.1.3 <i>Õpilaste aktiivne kaasamine.....</i>	15
4.1.4 <i>Mitmetahulisus.....</i>	15
4.1.5 <i>Süsteemsus ja järjepidevus.....</i>	15
4.1.6 <i>Sidumine õppekavaga.....</i>	15
4.1.7 <i>Kokkulepitud selged klassi ja kooli reeglid.....</i>	16
4.1.8 <i>Kava hindamine ja refleksioon.....</i>	16
4.1.9 <i>Koolitatud õpetajad ja personal.....</i>	17
4.1.10 <i>Ressurssidega katmine.....</i>	17
4.1.11 <i>Levinuimad ja tõhusaimad kiusuvastased praktikad.....</i>	17
4.2 <i>Efektiiwsed ennetustegevused kiusamise vähendamiseks.....</i>	18
4.2.1 <i>Sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine ja arendamine.....</i>	19
4.2.2 <i>Tugiõpilaste kasutamine ja grupinormide mõjutamine.....</i>	19
4.2.3 <i>Alternatiivsed meetodid ja mängud.....</i>	20
4.2.4 <i>Kokkulepete tegemine reeglite sõnastamise näol.....</i>	20
4.2.5 <i>Kogukonna kaasamine kiusuennetusse.....</i>	20
4.2.6 <i>Vastuolulise tõhususega ennetustegevused.....</i>	21

4.3 Erinevad interventsioonimeetodid kiusamisjuhtumite lõpetamiseks.....	21
4.3.1 Traditsionaalne kasvatuslik lähenemine ehk otsesed sanktsioonid.....	22
4.3.2 Ohvri tugevdamisele suunatud meetodid.....	22
4.3.3 Vähendamise meetod.....	23
4.3.4 Suhteid taastav õigusemõistmine.....	23
4.3.5 Tugigrupi toetuse meetod ehk mittesüüdistav lähenemine.....	23
4.3.6 Kooli tribunalid.....	24
4.3.7 Ühise Mure meetod/ Pikase meetod.....	25
4.3.8 Eakaaslastevaheline koostöö.....	25
4.3.9 KiVa vastanduv ja mittevastanduv lähenemine.....	26
4.3.10 Vastuolulise tõhususega meetmed.....	26
4.4 Võimalused kiusamisjuhtumite peatamiseks väljaspoolt kooli.....	27
4.5 Kiusamisvaba Kooli Teejuhi koostamine.....	28
4.6 Uurimuse eesmärgid ja uurimisküsimused.....	30
5. Metoodika.....	31
5.1 Valim.....	31
5.2 Andmete kogumine.....	32
5.3 Andmeanalüüs.....	33
6. Tulemused.....	35
6.1 Teejuhi kasulikkus.....	36
6.2 Teejuhi kasutusmugavus ja soovitusel.....	38
6.3 Teejuhi arendusvõimalused ja soovitusel.....	38
6.4 Koolijuhtide üldised mõtted seoses tõhusta kiusuvähendusega koolis.....	40
7. Arutelu.....	43
7.1 Töö kitsaskohad ja praktiline väärtus.....	47
8. Kasutatud kirjandus.....	49
Lisa 1. Kaardistamise küsimustiku näidis	
Lisa 2. Tagasiside näidis	
Lisa 3. Tabel üldiste soovitude kohta	
Lisa 4. Intervjuu kava	

1. Sissejuhatus

Arvukad uurimused Eestis (Aasvee & Rahno, 2012; Strömpl, Selg, Soo, & Šahverdov-Žarkovski, 2007) ja teistes maailma riikides (Garandeau & Cillessen, 2006; Farrington & Ttofi, 2009; American Educational Research Association, edaspidi AERA, 2013) osutavad, et ühiskonnas on palju probleeme, mis mõjutavad õpilaste heaolu ja turvalisust koolikeskkonnas. Koolis toimuv kiusamine on kahtlemata üks neist. Mahukatest metauurimustest on näha, et maailmas on kasutusel hulganisti koolikiusamist ennetavaid ja vähendavaid meetodeid ja programme (AREA, 2013; Barbero, Hernandez, Esteban, & Garcia, 2012; Evans, Fraser, & Cotter, 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Olweus, 2013; Rigby, 2011). Valdkonna spetsialistid on lähemalt uurinud nii nende praktikate põhimõtteid kui ka tõhusust ja andnud soovitusi kiusamise vähendamiseks koolis.

Lähtudes Eesti kohta tehtud uurimuste tulemustest (Aasvee & Rahno, 2012; Chester et al., 2015; Markina & Žarkovski, 2014) võib järeldada, et koolides tehtav kiusuennetus- ja vähendus ei ole kandnud piisavalt vilja. Kiusamise ennetamise ja vähendamisega seonduvatest teooriatest ning nende tulemuslikkuse ja tõhususe uuringutest maailmas saab järeldada, et kõikehõlmav ja süsteemaatiline kava toimib suurepäraselt (Barbero et al., 2012; Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009; Thompson & Smith, 2011). Kuigi teadusmaailmas on see kasulik info juba mõnda aega olemas, on selle jõudmine praktikute ja Eesti koolijuhtideni olnud seni üsna lünklik. Selleks, et Eesti koolides tõepoolest kiusamist vähendada, on vaja koolijuhtidele anda süsteemaatilist ülevaadet kasulikest tegevustest, mille abil oma koolis kiusuennetust ja kiusujuhtumite lahendamist korraldada. Seega on oluline praktilise suunitlusega uurimisprobleem, kuidas koondada teaduspõhine teave kiusamise vähendamise kohta praktikutele kättesaadavaaks ja kuidas toetada koolijuhte oma koolides kiusamise vähendamiseks tõhusate valikute tegemisel.

Käesoleva magistritöö peamised eesmärgid on esmalt koostada varasemate uurimuste süsteemaatilise ülevaate toel koolijuhtidele praktiline abimaterjal, mille abil kaardistada koolis juba tehtav kiusuvähenduse töö ja mille najal planeerida tõhusaid kiusamist vähendavaid tegevusi koolis ning seejärel katsetada abimaterjali koolijuhtide abil ja leida nende tagasiside põhjal suuniseid selle arendamiseks.

Antud magistritöö koosneb kolmest osast. Esimene osa annab põhjaliku ülevaate kiusamise määratluse, vormide ja kahjulikkuse kohta, tutvustab olukorda Eesti koolides ja põhjendab kiusamise vähendamise vajalikkust. Teine osa räägib tõhusa kiusuvähenduse põhialustest, Kiusamisvaba Kooli Teejuhi (edaspidi Teejuht) teoreetilistest alustest ja uuringute toel ilmnenu peamistest põhimõtetest tõhusa kiusamisvastase kava koostamiseks.

Magistritöö kolmas osa keskendub kvalitatiivsele uurimusele Teejuhi katsetamise kohta, mis sisaldab koolijuhtide testimisjärgset tagasisidet ning soovitusi Teejuhi arendamiseks.

2. Kiusamine

2.1 Definiitsioon

Kiusamist kui globaalset nähtust (Barbero et al., 2012; Olweus, 2013) hakati põhjalikumalt uurima alles 1970ndate algusaastatel (Olweus, 2013). Oluline on eristada kiusamist ja üldist agressiivsust, sest harilikku agressiivsust on tõlgendatud ka loomuliku ja ka tervisliku reaktsioonina ängistavale keskkonnale ja ebasoodsale olukorrale reageerimiseks (Garandeau & Cillessen, 2006; Olweus, 2013). Kiusamist mõistetakse erinevates kultuurides isemoodi, kuigi teaduslik määratlus selle kohta on väga sarnane (Olweus, 2013). Kiusamist peetakse agressiivse käitumise erivormiks, kus puudub võimutasakaal, kusjuures eristamaks seda üldisest agressiivsest käitumisest pole kiusamistegevuse toimepanija ja ohvri võimutasakaalutuses mingit kahtlust (Evans et al., 2014; Olweus, 2013).

Professor Dan Olweus oli esimene kes avaldas kolmele kriteeriumile toetuva definitsiooni 70ndate alguses (Olweus, 1993) ja pani aluse mõistele "kiusamine". Ta määratleb mõistet ohvrist lähtuvalt: õpilane on kiusamise ohver, kui teda on korduvalt teatud aja jooksul alandatud ühe või mitme õpilase poolt. Tartu Ülikooli pedagoogikadoktor Kristi Kõiv (2006) defineerib kiusamist kui teisele inimesele tahtlikult haiget tegemist kas vaimsel või füüsilisel moel, pannes sealjuures ohvrit tundma end alaväärsena. Olweuse täispikka määratlust on mõnevõrra laiendatud, lisades eelnevale järgmised kriteeriumid: laps on kiusatud kui tema kohta on öeldud õelaid asju ja teda kutsutud halvustavate nimedega, teda on tahtlikult välditud ja väljaarvatud grupist ning tegevustest, löödud, tõugatud, lukustatud ruumi, levitatud tema kohta laimu ja kuulujutte eesmärgiga panna teisi õpilasi temast halvasti arvama ja tehes muid sarnaseid halvustavaid asju (Olweus, 2013). Kiusamise määratluse puhul on rõhutatud tahtlikkust, korduvust teatud perioodi jooksul ja ebavõrdsust võimuhetes kus kiusaja või kiusajad on domineerivas positsioonis ning ohver ei suuda end kaitsta (Kõiv, 2006; Kyriacides & Creemers, 2013; Olweus, 2013). Esineb nii indiviidide vahelist kui ka grupiviisilist kiusamist (Salmivalli, 2010). Kiusamiseks ei peeta sõbralikku vaidlemist ja tõgamist samas jõuvahekorras olevate õpilaste vahel (Kõiv, 2006; Olweus, 2013). Olweus (1993) ütleb, et ka arusaamatused ja konfliktid võrdsete osapoolte vahel ei ole veel kius.

2.2 Kiusamise tüübid

Valdkonna spetsialistid (Kõiv, 2006; Olweus, 2013) liigitavad kiusamise kolmeks suuremaks grupiks – füüsiline, verbaalne ja suhetest tulenev. Füüsilist ja verbaalset kiusamist saab vaadelda otsese ja kaudse kiusamisena. Otseseks füüsiliseks kiusamiseks peetakse löömist, tõukamist ja asjade äravõtmist. Otsese verbaalse kiusu alla kuuluvad näiteks narritamine, nõökimine ja ebameeldivate hüüdnimedega nimetamine, lisaks kiusamine rassi, soo käitumise või puude tõttu. Kaudse verbaalse kiusamise all mõeldakse kuulujuttude levitamist, vältimist ning grupist väljaajamist, mida vaadeldakse ka suhetest tuleneva kiusamisena. Slonje ja Smith (2008) on oma artiklis ära märkinud ka küberkiusamise, ning seda ka uurinud kui kõige uuemat kaudse kiusamise tüüpi mis tekkis käsikäes tehnoloogiliste seadmete, nagu arvutite ja mobiiltelefonide, massilise kasutuselevõttuga.

2.3 Kiusamise põhjused

Mida kiusaja püüab oma tegevusega saavutada? Garandeau ja Cillessen (2006) töid oma uurimuses välja, et kiusaja ei ole ilmtingimata emotsionaalselt kontrollimatu või puudulike sotsiaalsete oskustega, aga ta võib oskuslikult kiusatavaga manipuleerida oma sihtide saavutamiseks. Kiusaja omab reeglina kas kõrget staatust või suurt võimu eakaaslaste üle. Laps, kes soovib mingil põhjusel oma positsiooni tõsta, valib kellegi endast nõrgema ja hakkab enda kehtestamiseks teda kiusama (Strömpl et al., 2007; Salmivalli, 2010; Garandeau & Cillessen, 2006).

Inimeste vajadus kuuluda gruppi tekitab hirmu pilkamise ja grupist väljajätmise ees, seega kiusajale lihtsalt ei julgeta vastu astuda (Garandeau & Cillessen, 2006). Ka Eesti teismeliste vägivallatõlgenduste uuringuraporti (2007) andmetel usuvad õpilased, et kiusamise ja vägivalla peamiseks eesmärgiks on isikliku positsiooni parandamine või hoidmine, mis toimub teiste staatuse nõrgestamise arvel. Võistluslikku suhtekultuuri peavad lapsed tänapäeva koolielu lahutamatuks osaks (Strömpl et al., 2007).

2.4 Kiusamise võimalikud tagajärjed

AERA 2013. aasta raporti kohaselt leiab kiusamine aset igas koolis ja klassis, tuues osalistele kaasa palju negatiivseid riske. Chester jt (2015) näitavad, et iga kolmas Euroopa ja Põhja-Ameerika laps kannatab koolikiusamise all. Kiusamise ohvrid kogevad sagedasi närvilisuse hoogusid, depressiooni, füüsilisi terviseprobleeme ja sotsiaalseid kohanemiskursusi. Olweus (2013) lisas, et neil on madal enesehinnang. Kiusajaid iseloomustab õppimise vastu ükskõiksemaks muutumine ja õpitulemuste langus. Samuti on

kehvem õppeedukus nende koolide õpilastel, kus kiusamine on üleüldiselt rohkem levinud. Neis koolides on ka väga madal kaasatus tunnivälise tegevusega.) Üksikud noorukid võivad jääda oma väheste sotsiaalsete oskuste ja kogemuste tõttu sageli isolatsiooni ning võivad suurema tõenäosusega langeda kiusamise ohvriks (Aasvee et al., 2012). AERA (2013) uuringu raport näitas, et kõige negatiivsemalt on mõjutatud "kiusaja-kiusatav"-tüüpi õpilane ning et kiusamisega seotud õpilastel on kõrgendatud risk sattuda kuritegelikule teele täiskasvanu eas.

Olweus (2013) toob Stockholmis tehtud uuringu põhjal välja, et endised ohvrid on tulevikus ohustatud pigem sisemiste probleemide poolt, kiusajatel on aga kõrgem risk sattuda kuritegelikule teele. Vaatamata asjaolule, et kiusamise vähendamisele suunatud tegevused on tõhusamad poiste suhtes (Barbero et al., 2012), näitab Olweus (2013), et vähemalt 55% endistest meessoost koolikiusajatest on kriminaalselt süüdimõistatud vähemalt ühel korral ja ligi kolmandikul neist on vähemalt kolm karistust. Seevastu noormeeste seast, kes ei olnud koolipõlves kiusajad, kannab nii mitut karistust vaid ligi 10%. Olweus (2013) toob ka välja, et nii endiste ohvrite kui kiusajate seas on märkimisväärselt suurem töötuse osakaal. Kiusuvähenduse uurimine on äärmiselt tänuväärne töö, sest see annab rohkeid võimalusi teha paljude laste elu turvalisemaks ja õnnelikumaks ning aitab neil vältida probleeme edasises elus (AERA, 2013; Olweus, 2013; Chester et al., 2015).

2.5 Olukord Eesti koolides

Eestis on koolikiusamine ja selle mastaap muret tekitav. Värskeim (2017) PISA raport näitab, et 20,2 % Eesti 15-aastastest kooliõpilastest kannatavad vähemalt ühe kiusamisvormi all (OECD, 2017). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu andmetel kiusatakse paari kuu jooksul 1 kuni 2 korda ligi viiendikku (täpsemalt 21%) õpilastest vanuses 11–15 aastat (Aasvee & Rahno, 2015). Praxise (2012) korraldatud uuringust selgub, et 7% lastest on pideva kiusamise ohvrid (Karu, Turk, Suvi, & Biin, 2012). Ka (2014) Laste hälbiva käitumise (ISRD-3) uuringu tulemused näitavad, et 22% 7. kuni 9. klassi õpilastest on koolikiusamise ohvrid. 17% õpilastest tunnistavad, et on ise viimase paari kuu jooksul korduvalt kedagi kiusanud (Markina & Žarkovski, 2014). Kõrvutades neid tulemusi teiste Euroopa riikide andmetega, ilmneb, et Eesti on ohvrite osakaalu poolest neljandal kohal (Chester et al., 2015). Chester jt (2015) toovad oma värskes uuringuraportis välja, et veelgi ulatuslikum on kiusamine Austrias, Lätis ja Leedus. 2009./2010. õppeaastal tehtud Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu HBSC raportist ilmneb samuti, et Baltimaad paistavad silma koolikiusamise suure sagedusega (Aasvee et al., 2012).

Kiusamine kahjustab laste füüsilist ja vaimset tervist, mõjutab negatiivselt õppeedukust ning suurendab koolist väljalangemise ohtu, selgub AERA (2013) uuringuraportist. Vaiksoo (2010) magistritööst, mis keskendub Eesti koolide dokumentide sisu analüüsimisele, selgub, et Eesti koolid on võtnud kasutusele mitmeid kiusuvastase suunitlusega võtteid. Tulemused näitavad, et kõige rohkem käsitletakse dokumentides hoiakuid ja väärtusi. Neile järgnevad reeglid, juhised, strateegiad ja tegevusplaanid konkreetse kiusamise olukorras käitumiseks. Kõige vähem suunatakse tähelepanu probleemile ning väga vähestel koolidel on kiusamise vähendamise eesmärgil olemas tegevusava. Mirka (2016) magistritööst, mis uuris kiusamise vähendamise meetmeid KiVa pilootkoolide näitel, ilmneb, et uuritud koolidest kõigest 54% on kodukorras fikseerinud kiusamise lubamatuse ja 49% kasutab õpilastele suunatud sotsiaalsete oskuste programmi.

3. Kiusamise vähendamine Eestis ja mujal

3.1 Kiusuennetuse programmide tähtsus

Kiusamise epitsenter on kool, sest lapsed ja noored veedavad seal olulise osa oma ajast (AERA, 2013). Maailmas on tehtud arvukalt uuringuid kiusu põhjuste ja võimalike tagajärgede väljaselgitamiseks (Garandean & Cillessen, 2006; Salmivalli, 2010), on loodud erinevaid kiusamisega võitlevaid programme (Olweus, 2013; Rigby & Griffiths, 2011) ja kontrollitud nende tõhusust (Barbero et al, 2012; Evans et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009). Tugev ja järjepidev kiusamisvastane tegutsemiskava on koolis äärmiselt oluline. See arendab empaatiavõimet, annab lastele ja noortele teadmisi ja oskusi positiivsete suhete loomiseks ning hoidmiseks (Barbero et al., 2014; Olweus, 2013; Rigby, s.a.) ning aitab ära hoida depressiooni, õppeedukuse langemist, füüsiliste ja vaimsete terviseprobleemide ja ka sotsiaalsete kohanemiskeskuste riski (AERA, 2013).

3.2 Riiklikud kiusamisvastased kavad

Spiel jt (2011) tuvustavad oma artiklis riikliku heakskiidu saanud teadus- ja tõenduspõhised kiusuvastaseid kavasid, mis on seal riikides laialt kasutuses ja mõnel puhul ka lausa kohustuslikud.

Austraalias tegutseb alates 2004. aastast National Safe Schools Framework. See tugineb kuulele peamisele elemendile: kooli positiivne sisekliima, metoodika ja programmid, treening, reageermine juhtumitele, õpilaste toetamine ja koostöö lapsevanematega. Paljud koolid kasutavad seda, aga Smith (2011) toob välja, et selle kvaliteet ja tõhusus varieerub. Ka Kanadas tegutseva PREVNet programm on ülesehitatud neljale, Austraalia programmiga

sarnasele, "sambale": haridus ja koolitus, hindamine ja määratlemine, ennetamine ja sekkumine, tegutsemine ja propageerimine. See keskendub heade suhete loomisele ja hoidmisele kodus ja koolis. Sellest on väljakujunenud riiklik võrgustik, mis tegeleb teadmiste kogumise, konverenside ja väljaannetega (Smith, 2011). PREVNet programmile väga sarnane on Inglismaal tegutsev ABA (Anti-Bullying Alliance), mis toob kokku ühte suurde võrgustikku üle 50 riikliku organisatsiooni, alates vabatahtlikest kuni teadlasteni. Nende eesmärk, nagu ka eelnevate programmide puhul, on vähendada kiusamist ja luua lastele ning noortele turvalisem keskkond, suunates koolidesse praktikuid (Smith, 2011). Soomes alates 2006. aastast tegutsev KiVa Kiusamisvastane Programm, mis on tellitud ja algselt ka levitatud Soome haridus- ja teadusministeeriumi toel, keskendub grupinormide mõjutamisele ja rõhutab pealtvaatajate rolli kiusamise vähendamises (Salmivalli, 2010; Smith, 2011; Spiel et al., 2011). See kasutab, nagu ka Austraalia programm, mõlemat tüüpi interventsioonimeetodeid, aga omab lisaks ka virtuaalset õpikeskkonda (Thompson & Smith, 2011). Mitmetes riikides on kasutust leidnud Olweuse laiaulatuslik kiusuennetuse programm, mille fookuseks on pikaajalised muutused läbi turvalise ja positiivse koolikliima loomise ja hoidmise. Lapse keskkonda sekkutakse nii õpilaste individuaalsel tasandil (nt sisukad vestlused kiusamisega seotud õpilastega), personali ja lapsevanemaid hõlmaval klassi tasandil (nt klassisisesed- ja lapsevanemate koosolekud), terve kooli (nt kiusamise ärahoidmise komitee) kui ka kogukonna (nt partnerlussuhted) tasanditel (Smith, 2016).

Saadaval olevad kiusamisvastased strateegiad on küll koolidele tugevalt soovitatud, kuid nende tulemused, võimalused ja ka kasutamise kvaliteet varieeruvad (Smith, 2011). Pealegi kalduvad koolid ja õpetajad üldjuhul kohandama neile pakutud programme, mis teeb konkreetsete tegevuskavade tõhususe hindamise keeruliseks (Smith, 2016). Kava peab katma ka vajalike ressurssidega. Vastasel juhul on selle rakendamine tõenäoliselt nõrk ja ebatõhus (Rigby, s.a.). Millist kava ka ei rakendata, on selge, et töö peab olema efektiivne, märgivad valdkonnaspetsialistid (Spiel et al., 2011). Efektiivsuse tagavad aga mitmed komponendid, millest järgnevates peatükkides pikemalt juttu tuleb.

3.3 Kiusamisvastased programmid Eestis

Lasteombudsman (s.a.) kodulehe andmetel tegutseb Eestis neli suuremat koolikiusamise vastast programmi ja liikumist. Alates 2013./2014. õppeaastast on Eesti koolides kasutusel kaks rahvusvahelist kiusuvastast kava: Soomest pärit KiVa ja Taanist pärit "Kiusamisvaba lasteaed ja kool". Lisaks tegutseb alates 1996. aastast tugiõpilase liikumine TORE, mille idee on samuti meile jõudnud Soomest (TORE, s.a.). Koolidele abiks on ka Tartu Ülikooli

Eetikakeskuse poolt pakutavad väärtuskasvatusalased nõustamised ja koolitused (Eetikakeskus, s.a.).

Kiusamisvaba Kool ehk KiVa on teadus- ja tõenduspõhine kiusamisvastane programm, mille töötasid välja Turu Ülikooli teadlased ja mille arendamine ning kasutusulevõtt sai alguse aastal 2006 Soomes (Spiel, Salmivalli & Smith, 2011). See sisaldab nii universaalseid kui ka juhtumipõhiseid tegevusi kiusu ennetamiseks ja juba aset leidnud juhtumite lahendamiseks. Tegevused on suunatud grupinormide mõjutamisele, kus rõhutakse ohvri toetamist, mitte kiusamise õhutamist. KiVa programm pakub õpilastele ja õpetajatele laialdast materjali- ja tegevustevalikut. Kasutusel on lisaks ka virtuaalsed õpikeskkonnad ja küsimustikud, õppefilmid, mängud jne. Kava toimise tagab põhjalik koolitus õpetajatele ja materjalid lapsevanematele (Farrington & Ttofi, 2009). Programmi tõhusust tõestavad arvukad uuringud (Evans et al., 2014; Hawley & Williford, 2014; Olweus, 2013; Salmivalli, 2010) ja programm on seeläbi saanud rahvusvahelist tunnustust.

Kivaprogram.net (s.a.) andmetel on Eestis KiVa programmi eestvedajaks SA Kiusamisvaba Kool. 2016/2017. õppeaastal on KiVa programm kasutusel pea neljakümnes koolis, kellest 15 kooli on KiVa perekonnas juba neljandat aastat ja 8 kooli rakendavad programmi esimest aastat. Eestis läbiviidud mõju-uuringu tulemused näitavad, et tänu KiVa programmi kasutamisele langes pilootkoolides 8 kuuga ohvrite osakaal 21,5%-lt – 17,2%-ni. Programmi kolmandat aastat kasutanud koolides on ohvrite osakaal langenud võrreldes 2013.aasta sügisega võrreldes koguni 22% (Kivaprogram, s.a.). Alustamaks KiVa meetodite kasutamist alates 2017/2018. õppaastast teeb ettevalmistusi veel 11 Eesti kooli.

2010. aastal, vaid mõni aasta enne KiVa programmi jõudmist Eestisse, käivitas MTÜ Lastekaitse Liit kümnes Eesti lasteaias programmi "Kiusamisest vaba lasteaed". Taanist pärit metoodikal põhineva kavaga on Eestis 2016. aasta novembrikuu seisuga liitunud 455 lasteaeda. 2013. aastal viidi pilootprojekt ka Eesti koolidesse ja sündis programm "Kiusamisest vaba kool". Programmiga on 2016. oktoobri seisuga liitunud 122 kooli (Kiusamisestvabaks, s.a.).

"Kiusamisest vabaks!" näol on tegemist lapsest lähtuva metoodikaga. Kui KiVa hõlmab kogu kooli, siis Kiusamisest vabaks keskendub klassile või rühmale. Siiski on tegu vaid kiusuennetusele keskenduva projektiga, mis on suunatud 3–8 aastastele lastele ja mille eesmärk on õpetada arvestavat ning kaasavat suhtlemist ja empaatiavõimet (Maryfoundation, s.a.).

Professor Jan Kapmanni poolt Taanis juhitud ulatuslik tagasiside uuring metoodika kasutamise kohta näitab väga häid tulemusi (Lindberg, Lehrmann, & Kampmann, 2009). Ka

Eestis tehtud esimene mahukas pilootuuring "Kiusamisest vabaks!" metoodika kohta näitas, et programmi võib kasu loota (Kiusamisestvabaks, s.a.). Värskes (2017) Kiusamisvaba Haridustee Kontseptsioonis (edaspidi KHK) on kirjeldatud, et metoodika kasutuse ajal vähenes kiusamise esinemine ja suurenes laste hoolivus ning tähelepanelikkus üksteise suhtes. Suurenes laste julgus ja initsiatiiv kiusamisele vahele tulla, õpiti teadlikumalt mõtestama sotsiaalseid olukordi, tundma ära emotsioone ja väljendama empaatiat teiste vastu.

Tugiõpilasliikumine TORE on Soomest alguse saanud projekt, mis jõudis Eestisse juba 1996. aastal. TORE- koole on tänaseks päevaks 45, tugiõpilasi enam kui 500. Ühingu missiooniks on levitada sõbralikku, õppimist ja õpetamist soodustavat, suhtlemisoskust ja julgust arendavat, vägivalda hukkamõistvat, koostööle suunatud ja seda toetavat ning sallivat mõtteviisi. Välja on töötatud metoodika tugiõpilaste ja juhendajate koolitamiseks (Tore, s.a.).

Väärtuskasvatuse arenduse ja temaatikaga tegeleb ka Tartu Ülikooli Eetikakeskus. Nende sihiks on laste ja noorte väärtuskasvatuse vähendamine, mille saavutamiseks on nad andnud alates 2009. aastast välja koolidele, pedagoogidele ja valdkonna spetsialistidele mõeldud väärtusarendust puudutavaid materjale ning pakkunud väärtuste-teemalisi koolitusi (Eetikakeskus, s.a.). Alates 1999. aastast on Eestis tegutsenud ka Koolirahu algatus, mis ei ole sekkumisprogramm, vaid keskendub pigem kommunikatsioonitegevusele (Koolirahu, s.a.). Lisaks levitab Lastekaitse Liit koolidesse palju heakskiitu pälvinud Ühise Mure meetodit (Lastekaitse Liit, s.a.). 2013. aastal alustasid Viimsi valla lasteaiad Samm-Sammult kiusuennetuse programmi kasutamist (Samm-Sammult, s.a.) ja Eesti Noorsootöökeskus on arendamas Hooliva klassi programmi (Entk, s.a.).

Varasematele uuringutele toetudes võib väita, et kiusamisprobleem Eestis on massiline (Aasvee & Rahno, 2015; Chester et al., 2015; Markina & Žarkovski, 2014) ning kiusuennetuse organisatsioonide lõplik eesmärk on tegelikult sama – ennetada ja vähendada koolikiusamist. Eestis tegutsevad kiusu vähendamisele suunatud algatused mitte ei konkureeri, vaid just toetavad teineteist ja teevad palju koostööd. 2014. aastal loodi ühine liikumine "Kiusamisvaba Haridustee Eest", nagu selgub Õpetajate Lehest (2014). Liikumine soovib 2020-ndaks aastaks pakkuda koolidele kõiki kooliastmeid hõlmavat kiusuennetuse ja kiususituatsioonide lahendamise süsteemi.

Järgnevas peatükis avatakse lähemalt käesoleva töö raames valminud Teejuhi aluseks olevaid käsitlusi ja uurimusi. Esmalt tutvustatakse olulisi põhimõtteid ja võtmetegevusi kiusamise vähendamise kavandamisel koolis ning seejärel avatakse lähemalt kiusamise ennetamise ja juhtumite lahendamise võimalusi.

4. Kiusamise vähendamine koolides

4.1 Peamised põhimõtted ja tähtsad elemendid koolis kiusamise vähendamise kava koostamiseks

Koolikiusamise valdkonna tunnustatud ekspert ja uurija Ken Rigby on oma koduleheküljel kenrigby.net (s.a.) välja toonud nimistu tähtsaimatest elementidest, mis on vajalikud koolikiusamise vastase kava loomiseks igale koolile. On tehtud arvukalt uuringuid, mille eesmärgiks on hinnata ja analüüsida kiusuennetuse programmide ja nendes sisalduvate strateegiade tõhusust. Kuigi rassiliselt ja etniliselt homogeensema valimiga uuringud rakendavate programmide tõhususe kohta näitavad paremaid tulemusi (Evans et al., 2014), võib teaduskirjandusele toetudes välja tuua, et kõige efektiivsemad on kiusamisvastased kavad, mis sisaldavad järgnevalt loetletud ja kirjeldatud komponente.

4.1.1 Suunatus sotsiaalsete oskuste arendamisele ja käitumise ning uskumuste modifitseerimisele. Uurimused ütlevad, et suurt rõhku tasub panna kiusujuhtumite ennetusele läbi empaatia arendamise (Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009; Rigby, 2010). Arvukate uuringute põhjal võib väita, et spetsialistides tekitavad empaatiatreeningud ja sotsiaal-emotsionaalseid oskusi arendavad meetodid ning nende tõhusaim kasutusviis rohkelt erimeelsusi (Evans et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Lawner & Therzian, 2013; Smith, 2011). Rigby (2010) ütleb, et kiusamine väheneb vanuse kasvades, millest võib järeldada, et empaatiatreeningud ja sotsiaalsete oskuste õpetamine kannab vilja. Spetsialistid soovivad pidada silmas, et vestlusringide, grupitööde, rollimängude jm sotsiaal-emotsionaalseid oskusi õpetavate tegevuste läbiviimine ei anna silmapaistvaid tulemusi kui neid käsitleda ilma juhtumite lahendamist toetavate meetoditeta (Evans et al., 2014; Lawner & Therzian, 2013). Farrington ja Ttofi (2009) soovivad küll toetada õpilastevahelisi grupitöid kiusamissituatsiooni tõkestamise võimaluste kohta, kuid kindlasti tuleb seejuures kaasata vahendajad või juhid – õpetajad, tugiõpilased vm koolitatud personal.

4.1.2 Kogu kooli ja lapsevanemate kaasatus. Suurepärane kava hõlmab kogu kooliperet. Tõhusaimad kavad on need, kus toimub tihe koostöö õpilaste, õpetajate, kooli personali, aga ka lapsevanemate vahel (Barbero et al., 2012; Farrington & Ttofi, 2009; Thompson & Smith, 2011). Heade tulemuste nimel peab kool panustama nii laste, lapsevanemate kui ka kooli personali teadlikuse, oskuste ja hoiakute arendamisesse. Tähtsal kohal on konkreetset kokkulepped koostööks vanematega juhtumite lahendamisel, kuna tegutsema peavad nii kool

kui lapsevanemad (Rigby, s.a.). Vanemate julgustamiseks soovivad Thompson ja Smith (2011) korraldada koosolekuid. Vajadusel peaks kool ja lastevanemad tegema koostööd ka politseiga (AREA, 2013).

4.1.3 Õpilaste aktiivne kaasamine. Borgwald ja Theixos (2013) soovivad pigem integreerida kiusajad empaatiatreeningusse kui riskida nende häbimärgistamisega. Lapse kaasamiseks kasutatavad võtted on näiteks vestlusringide ja arutelude korraldamine. Thompson ja Smith (2011) näitavad, et tugiõppe strateegiate kasutamine on suurepärane võimalus kaasata õpilasi kiusamisvastasse tööse ja tagada edu suhetega seotud kiusamise tõkestamisel. Veenstra jt (2014) toovad välja, et õpilaste ja õpetajate vaheline koostöö on väga võimalik ja mõlemapoolselt teretulnud, sest õpilased ootavad, et õpetaja tagaks nende turvalisuse, õpetaja ootab aga lastelt omapoolset panust kiusamise probleemiga tegelemiseks.

4.1.4 Mitmetahulisus. Suurepärane kava sisaldab endas strateegiaid nii kiusu ennetamiseks kui ka juba toimunud juhtumitega tegelemiseks (Farrington & Ttofi, 2009). Mitmekülgsed tõhusaid meetodeid tuleb integreerida ühtseks kavaks (Borgwald & Theixos, 2013). Rakendatavad strateegiad peavad olema mitmekülgsed ja vastavalt olukorrale peab olema võimalus valida sobivaim, sest on tõestatud, et rakendatava strateegia tõhusus võib sõltuda soost, vanusest, kultuurist jne (AREA, 2013; Evans et al., 2014; Pepler & Craig, 2014). Uuringute tulemused on näidanud, et vanemate õpilaste puhul toimivad oluliselt paremini just mitmekesised kavad (Barbero et al., 2012).

4.1.5 Süsteemsus ja järjepidevus. Lisaks sellele, et kavaga rakendatav ennetab ja vähendab kiusu, on äärmiselt oluline, et need positiivsed tulemused oleksid pika-ajalised. Kavad, mille tulemuste kohta on teostatud järelkontrolli, on näidanud, et positiivne mõju väheneb kui programmi ei hoita töös järjekindlalt. Seega on hädavajalik rakendada meetmed, mis soodustaksid kava jätkusuutlikkust. Soovituslikeks meetoditeks on näiteks meenutus-sessioonid, ennetustöö juurutamine õppekavasse, järelkontrolli teostamine (Barbero et al., 2012). Edukaimad on kiusamise vähendamises koolid kes kasutavad kiusuennetuse strateegiaid järjepidevalt (Thompson & Smith, 2011). "

4.1.6 Sidumine õppekavaga. Lapsed ja noored on päeva jooksul koolis mitmeid tunde ja seal toimub suurem osa nende igapäevasest suhtlusest (AERA, 2013). Seetõttu on oluline käsitleda kiusamise ennetamiseks vajalikke teemasid õppekava osana ja siduda sellega ka

kiusamisvastased tegevused (Thompson & Smith, 2011). Ken Rigby (s.a.) soovib sõnastada kooli kiusamisvastased seisukohad lähtudes kooli väärtushinnangutest ja defineerida kiusamise mõiste ning nimetada selle erinevad vormid. Kiusamise erinevate tüüpide hulka kuuluvad nii otsene s.o. vahetu, näost-näku, füüsiline ja vaimne kiusamine, kui ka kaudne kiusamine nagu näiteks kuulujuttude levitamine, grupist välja arvamine, vältimine ning küberkiusamine (Olweus, 2013). Kuna kõik ei pruugi kiusamist üheselt mõista, soovivad Thompson ja Smith (2011) sõnastada: mis on kiusamine, mis saab kui see juhtub, mida peaks tegema asjaosalised ise ja mida teeb kool. Samuti soovivad spetsialistid lähtuda defineerimisel ka soo, rassi, kultuuri, puude jt mõjudest. Oluline on ka kooli kogukonda kuuluvate isikute õiguste sõnastamine, sest nii õpilastel, õpetajatel, lapsevanematel aga ka kõigil teistel kooli töötajatel on õigus olla kiusamisest vaba. Kuna igaühel on vastutus otsida lahendusi kiusamise takistamiseks, peaks lisaks koolis tehtava ennetustöö põhjalikule kirjeldusele ja kooli ettepanekutele kiusamisele reageerimiseks ja selle lõpetamiseks, olema konkreetselt sõnastatud ka nimekiri soovitustest neile, kes näevad kiusamist kõrvalt, et seda peatada (Rigby, s.a.).

4.1.7 Kokkulepitud selged klassi ja kooli reeglid. Koolikeskkonna kujundamiseks võib rakendada erinevad meetmeid (Farrington & Ttofi, 2009). Kindlasti väärivad väljatöötamist mänguväljakul ja sööklas käitumise reeglid. Samuti võiks kaardistada kooli territooriumil rahulikumad ja aktiivsemad ja kindlasti ka ohtlikumad alad ning vajadusel tagada viimastel järelvalve, soovivad Thompson ja Smith (2011). Käitumisreeglite kokkuleppimine ja õpilaste jälgimine vahetunnis omab suurt positiivset mõju, sest tunnivälisel ajal toimub kiusamist kõige rohkem. (Kyriakides & Creemers, 2013). AREA (2013) andmetel soodustab turvaline õpikeskkond ka õpiedukust, mida põhjalik reeglite väljatöötamine kahtlemata toetab. Turvatunde suurendamiseks ja ühtsustunde soodustamiseks soovitatakse sõnastada klassi reeglid õpetaja ja õpilaste koostööna (Evans, et al., 2014).

4.1.8 Kava hindamine ja refleksioon. Tegu on olulise aspektiga, sest see annab eeldused kava süsteemseks ja järjepidevaks toimimiseks ja viib seeläbi ka koolikiusu vähendamiseni. Kiusamise määra ja teadlikkust võib hinnata küsitlustega (Austraalia *map the gap* näitel) ja juhtumeid soovitatakse kaardistada kasutades spetsiaalset instrumenti. Kiusu teatamiseks peab olema erinevaid võimalusi ning tegevuste mõju kohta peaks olema võimalik küsida tagasisidet, et teha järeldusi ja vajadusel korrekture (Thompson & Smith, 2011). On äärmiselt oluline mõelda läbi mil viisil oleks hiljem võimalik strateegiat hinnata ja teha plaan

kasutuses oleva kava kasulikkuse hindamiseks lähitulevikus (Rigby, s.a.). Selle asemel, et arendada enda materjale, soovitavad spetsialistid kasutada juba kontrollitud tõhususega hindamisvahendite ja rahuloluküsimustikkude komplekte (Baumann, et al., 2008; Evans, et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Pepler & Craig, 2014; Rigby, s.a.).

4.1.9 Koolitatud õpetajad ja personal. Õpetajad vajavad koolitamist, et olla koolikiusamise vastases töös produktiivsemad (Veenstra et al., 2014). Uuringud näitavad, et õpetajad sekkuvad vähem tõenäoliselt soost tingitud kiusamisse (AERA, 2013) ja meesoost õpetajad ignoreerivad kiusamisolukordi rohkem kui naisõpetajad (Burger et al., 2015). Vastav koolitus annaks neile suurema kindlustunde tegutsemiseks, sest efektiivne ja koolitatud koolipersonal ja kooliõpetajad on väga oluliseks eelduseks toimivale ja tõhusale kiusuennetustööle (Farrington & Ttofi, 2009; Veenstra et al., 2014). Kui õpilased teavad ja näevad, et õpetajad oskavad kiusamisjuhtumeid peatada, siis juba õpetaja tajumine tõhusa kiusuvähendajana aitab vähendada kiusamist (Saarento, Boulton & Salmivalli, 2015).

4.1.10 Ressurssidega katmine. Ulatusliku ja põhjaliku sekkumise rakendamisel kerkib kindlasti esile rahastamise küsimus. Samas võivad tulemusrikkad programmid vähendada vaimse tervisega seotud väljaminekuid ning parandada haridusalast edu ja hiljem tulemuslikkust (Smith, 2016). Kuniks ei ole saavutatud kogu kooli meeskonna nõusolekut ja kaetud kiusuvastast kava vajalike ressurssidega, on selle rakendamine tõenäoliselt nõrk ja ebatõhus, ütleb Rigby (s.a.).

Tuleb olla kindel, et heakskiidetud kaardistamise instrument on kõigile kättesaadav ja avalikult ligipääsetav läbi interneti (Rigby, s.a.). Ka Smith (2016) toob välja, et ühekordsel sekkumisel või ajutisel kampaanial võib olla positiivne mõju, kuid selle jõudlus jääb piiratuks, kui sekkumisprojekt annab positiivseid tagajärgi vaid lühikese perioodi vältel ning kõik muutub endiseks niipea, kui see saab läbi. Pikaajaliste ja jätkusuutlike murrangute saavutamiseks on tulus tugineda ka riiklikele organisatsioonidele, kelle võimuses on hoida probleemi pidevalt üldsuse teadvuses, pakkuda vahendeid sellega toimetamiseks ja survestada valitsust, nii et ka nemad toetaksid kiusamisvastast tööd.

4.1.11 Levinuimad ja tõhusaimad kiusuvastased praktikad. Thompson'i ja Smith'i (2011) uuringu raportist selgub, et levinenumaid kiusuvastaseid tegevusi saab laias laastus jagada kolme suuremasse gruppi: proaktiivsed- ja reaktiivsed tegevused ning tugigrupi meetoditel põhinevad ennetused ja sekkumised. Smith (2016) selgitab, et mõned abinõud on ennetavad

ehk proaktiivsed ning nendele toetudes luuakse baas vastastikku austavatele suhetele.

Reaktiivsed meetmed on rohkem tagasiulatuva mõjuga ning nende abil reageeritakse juba aset leidnud kiusamisele. Järjepidevuse ja suure ulatuse saavutamiseks on tarvis kasutada nii ennetamist toetavaid kui ka tagasiulatuva mõjuga strateegiaid (Evans et al., 2014; Lawner & Therzian, 2013; Smith, 2016).

Proaktiivsed tegevused on suunatud kiusamise ennetamisele ja meeldiva ning kiusuvaba õhkkonna loomisele. Taoliste tegevuste alla kuuluvad näiteks klassiruumi sisesed kokkulepped, söökla- ning mänguväljakureeglid ja empaatiatreeningud (Thompson & Smith, 2011), aga ka vähempopulaarsed interaktiivsed videod ja mängud kõrvaltvaatajate positiivseks mõjutamiseks, grupinormide muutmiseks ja seeläbi ka kiusu ennetamiseks. Näiteks võib tuua Fear Not! ja KiVa mängud (Evans et al., 2014).

Reaktiivsed meetmed on need, mida kasutatakse juba aset leidnud kiusamissituatsiooniga tegelemiseks. See on õpetajate poolt eelistatud meetod füüsilist laadi kiusamissituatsioonide lahendamiseks (Thompson & Smith, 2011). Taoliste tegevuste alla kuuluvad näiteks otsene distsiplinaarne karistamine, ohvri tugevdamise meetodid, vahendamistehnikad, suhete taastamise ehk lepitamise tehnikad ning Ühise Mure meetod (Burger, Strohmeier, Spröber, Baumann, & Rigby, 2015; Rigby, 2010).

Thompson & Smith (2011) toovad välja, et kolmandaks suuremaks meetodite grupiks on tugigruppide rakendamine, mida kasutatakse nii proaktiivse kui ka reaktiivse meetmena. Uuringus tuuakse välja nn semu- ja sõprusringe, vahendamismetodit, eakaaslastest tugiõpilasi, mentoreid aga ka kõrvalseisjast-kaitsjaks tüüpi treeninguid. Teadustööd on näidanud, et tugigruppide rakendamist kiusuvastasesse töösse peetakse väga efektiivseks (Barbero et al., 2012; Rigby, 2010).

4.2 Efektiivsed ennetustegevused kiusamise vähendamiseks

Terviseinfo (s.a.): "Ennetustöö on ebasoovitava nähtuse või protsessi tekkimise ennetamiseks või arengu pidurdamiseks tehtav töö". Ennetust vaadeldakse kolmetasandilise jaotusena, mida enamasti aktsepteeritakse komplektse konstuktisoonina kõigile ennetuse tüüpidele ja neid kirjeldavatele määratlusele. Kiusamise ennetamine kuulub eelpool mainitud kontseptsiooni järgi esmase ehk universaalse ennetuse alla, mis on orienteeritud tervele rahvastikule olenemata riski tasemest. Ka spetsialistid toovad uurimustes (Barbero, et al, 2012; Thompson & Smith, 2011) välja, et eriti kasulikud ja jätkusuutlikud on need kavad, mis sisaldavad ennetustegevusi. Järgnevates alapeatükkides on loetletud ja kirjeldatud peamisi tegevusi, mida kasutatakse kiusamise ennetamiseks koolis. Meetodite kirjeldustele

järgneb eraldi alapeatükk, mis keskendub sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamist puudutavatele teemadele, sest uuringute näitel ei pruugi nende kasutamine alati näidata positiivseid tulemusi.

4.2.1 Sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine ja arendamine. Et õpetada lastele hoolivat ja austavat käitumist, seotakse rohkemal või vähemal määral kiusuteemaatikast koolitundidesse: viiakse läbi kiusamise teemalisi arutelusid, tehakse rühmatöid ja rollimänge (Thompson & Smith, 2011). Need tegevused on suunatud heade suhete, koostöö ja positiivse koolikliima loomiseks ning hoidmiseks, mis on oluline kiusamise vähendamisel (AERA, 2013). Spetsialistides tekitavad empaatia-treeningud ja muud sotsiaal-emotsionaalseid oskusi arendavad meetodid ning nende tõhusaim kasutusviis rohkelt erimeelsusi (Evans et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Lawner & Therzian, 2013; Smith, 2011), kuid viitavad ka soovitudele seda teemat edasi uurida.

4.2.2 Tugiõpilaste kasutamine ja grupinormide mõjutamine. Tugiõpilaste kasutamist kiusamise vähendamisel peetakse väga edukaks ning spetsialistid soovivad toetada tugigruppide tööd, kes viiksid koolis läbi erinevaid kiusamise ennetamisele suunatud üritusi ja kampaaniad (Barbero et al., 2012; Rigby, 2010). Tugigruppe kasutatakse ka näiteks sõprusringide metoodikas ja seda peetakse väga tõhusaks uute õpilaste integreerimise ja julgustamise võimaluseks. Thompsoni ja Smithi (2011) uuringurapordis Inglismaa koolide kohta hinnatakse tugiõpilaste kasutamist mõõdukalt tõhusaks, kuid ka väga aeganõudvaks protsessiks.

Kuna kiusamist peetakse sotsiaalseks nähtuseks, mis on tugevalt mõjutatud grupidünaamikast (Rigby, s.a.), on õpilastel kui kõrvaltvaatajatel suur roll ja kriitiline tähtsus selle muutmises (Spiel et al., 2011). Hawley ja Williford (2015) selgitavad, et mõjukatel isiksustel (nt populaarsed või kõrge staatusega õpilased) on suur tähtsus grupinormide mõjutamisel ja seeläbi positiivsete muudatuste elluviimisel. Grupinormide oskuslikul mõjutamisel saab muuta ohvri kaitsmist ja mittekiusamise toetamist positiivse tagajärjega, autasustatavaks ja staatust tõstvaks tegevuseks, ütleb Salmivalli (2010), mis ongi juba kiusamist ennetav olukord. Lisaks on õpilaste kaasamine ja koostöö täiskasvanutega tähtsaks osiseks positiivse koolikliima loomiseks ja hoidmiseks (Barbero et al., 2012; Farrington & Ttofi, 2009; Thompson & Smith, 2011).

4.2.3 Alternatiivsed meetodid ja mängud. Mängude näol on tegu on küll vähepopulaarse, kuid Thompsoni ja Smithi (2011) uuringu tulemusel õpetajate poolt mõõdukalt või kõrgelt tõhusaks hinnatud meetodiga, et mõjutada kõrvalvaatajaid, muuta grupinorme ja ennetada seeläbi kiusamist. Näiteks võib tuua Fear Not! ja KiVa mängud (Evans et al., 2014). KiVa kasutab virtuaalset õpikeskkonda, küsimustikke, õppefilmi ja arvutimängu, mille tasemed koosnevad tean-oskan-teen moodulitest, kus esmalt esitatakse õpilastele kiusamise kohta fakte, seejärel harjutavad lapsed omandatud oskusi ja lõpuks kannavad virtuaalses keskkonnas saadud teadmised ja oskused üle elulistesse olukordadesse ning suhetesse oma koolikaaslastega (Smith, 2016). Ka programmides, kus kasutati videot, vähenes ohvrite määr enam kui nendes milles videod kasutusel ei olnud, ütlevad Farrington ja Ttofi (2009) oma uuringuraportis.

4.2.4 Kokkulepete tegemine reeglite sõnastamise näol. Kuna koolipere ei pruugi kiusamist üheselt mõista, soovitatakse kiusamise ennetamiseks ja ühese mõistmise huvides märkida kooli kodukorda sisukas kiusamise definitsioon ning nimetada kõik selle erinevad vormid. Tuleb sõnastada: mis on kiusamine, mida tehakse kui see juhtub, mida peaks tegema kiusaja või kiusatav ise ja mida teeb kool (Harcourt, Jasperse, & Greene, 2014; Thompson & Smith, 2011). Tuleb paika panna korrektse käitumise reeglid kogu kooli territooriumil ning et sõnum oleks selge ja üheselt mõistetav, soovitavad Rigby (s.a.) ning Thompson ja Smith (2011) selle sõnastamiseks kasutada distsiplineerimise meetodeid ning lähtuda soo, rassi, kultuuri, puude jt kategooriatega seotud mõjudest kiusamisel. Turvatunde suurendamiseks ja ühtsustunde soodustamiseks soovitatakse kaasata klassireeglite sõnastamisesse ka õpilased (Evans et al., 2014).

4.2.5 Kogukonna kaasamine kiusuennetusse. Kuigi kiusamise probleem ilmneb kõige sagedamini koolis, pole see üksnes kooli probleem. See leiab aset terves ühiskonnas ning nõuab selle toetust ja lahendusi. Iga kool on osa suuremast kogukonnast ja kogukonna partnerlussuhete arendamine on kiusamise ennetuses väga tähtis. Informatsioon kiusamise ennetamise kohta on mõjusam, kui pärineb mitmekesisematest kanalitest, keda lapsed ja noored austavad. Põhjalik kogukonna kaasamine ja sõnumi levitamine tagab, et noored märkavad kiusamist taunivaid märke kõikjal kus nad ka ei viibiks. Koolijuhid võiksid kaaluda partnerlussuhteid: kohaliku politseiga, tervishoiutöötajatega, tuletõrjujatega, parameedikutega, kohalike sportlaste, poliitikute, ettevõtjate ja kuulsustega, aga ja selliste asutustega nagu seda on tugiteenused, pere- ja tervisekeskused, soovitavad Pepler ja Craig

(2014) ning Smith (2016).

4.2.6 Vastuolulise tõhususega ennetustegevused. Uuringutest ilmneb, et empaatia-treeningute ja muude sotsiaal-emotsionaalseid oskusi arendavate meetodite tõhusus on ebaühtlane ja tekitab spetsialistides seetõttu rohkelt erimeelsusi (Evans et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Lawner & Therzian, 2013; Smith, 2011). Hawley ja Williford (2015) aga ütlevad, et sekkumine saab olla edukas vaid tingimusel, et positiivsed muutused leiavad aset inimese tajus (nt kiusamise mõistest arusaamine), hoiakutes (nt suhtumine kiusamisse, ohvritesse ja kiusajatesse, kiusamisest teatamise ja takistamise), isiklikes normides (nt mida teised arvavad ja minult ootavad) ja enesekasus (nt kindlustunne, et kiusamisest teatamine ja ohvri kaitsmine on edukas ega oma negatiivseid tagajärgi). On uurimusi, mis näitavad, et just empaatia treenimine ja positiivsete sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine (nt tundidesse põimitud grupitööd, vestlusringid ja rollimängud) suurendab lastevahelist ühtsustunnet ja aitab kõige enam antisotsiaalse käitumise vastu, kuna kiusajad tulevad sageli kodudest, kus puudub positiivne eeskuju ning vanemate tähelepanu (Barbero et al., 2012; Thompson & Smith, 2011). Nende negatiivset käitumist seostatakse kehvade kogemustega kodus, mistõttu peetakse valeks neid selle eest karistada, hoopis vastupidi, vajavad nad õigele teele suunamist ja igakülgset kaasamist (Salmivalli, 2010). Kuna kiusamine väheneb vanuse kasvades, järeldavad spetsialistid, et empaatiatreeningud ja sotsiaalsete oskuste õpetamine siiski omab positiivset mõju (Farrington & Ttofi, 2009; Rigby, 2010). Tasub silmas pidada, et sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamine ja empaatiatreeningud on tõhusad pigem kiusamise ennetamiseks, mitte tõkestamiseks (Lawner & Therzian, 2013; Pepler & Craig, 2014; Thompson & Smith, 2011), kuid silmapaistvateks tulemusteks vajavad ka juhtumite lahendamist abistavate meetodite tuge (Evans et al., 2014; Lawner & Therzain, 2013), mida ebaedu puhul oleks võimalik viivitamatult rakendada.

4.3 Erinevad interventsioonimeetodid kiusamisjuhtumite lõpetamiseks

Rigby (2010) kirjeldab oma raamatus põhjalikult peamisi reaktiivseid interventsioonimeetodeid, mida koolides kasutatakse. Need meetodid on: traditsiooniline kasvatuslik lähenemine, ohvri toetamisele suunatus, vahendamine, suhete parandamine, tugigruppide töö, kooli tribunalid ja Ühise Mure meetod ehk Pikase meetod. Lisaks on spetsialistid arutlenud erinevate viiside üle, kas ja kuidas toetada eakaaslaste vahelisi koostöösuhteid ning rääkinud KiVa vastanduvast ja mittevastanduvast lähenemisest (Farrington & Ttofi, 2009; Salmivalli, 2010). Meetodite loetelu järel on eraldi alapeatükk,

mis puudutab spetsialistide seas erimeelsusi tekitanud "nulltolerants"-põhimõtete ning eakaaslastevaheliste grupitööde kasusid ja kahjusid.

4.3.1 Traditsionaalne kasvatuslik lähenemine ehk otsesed sanktsioonid. Tegu ei ole otseselt meetodiga, vaid pigem kokkuvõtva terminiga kirjeldamaks erinevaid distsiplinaalseid karistamistegevusi alates suulisest noomitusest kuni õppetööst eemaldamiseni (Thompson & Smith, 2011). Koolides leiavad need laialt kasutamist, sest sellelaadsed tegevused edastavad õpetajate arvates selge sõnumi: kiusamine on lubamatu ja peab lõppema (Borgwald & Theixos, 2013; Rigby, 2010). Õpetajate poolt on see eriti eelistatud meetod füüsilist laadi kiusamissituatsioonide lahendamiseks ja oluliselt vähem kasutatakse koolis otseseid karistamisvõtteid soo ja puudega seotud kiusuprobleemide lahendamiseks. Otseste karistamisvõtete kasutamine on populaarne pigem II kooliastmes (Thompson & Smith, 2011).

Lisaks eelnevale peetakse otsesteks karistustegevusteks ka suulist noomitust, kohtumist vanematega, ajutist tunnist eemaldamist, kooli heakorratööde määramist ja peale tunde jätmist. Inglismaal kasutatakse neid meetodeid enamikes koolides ning hinnatakse õpetajate poolt mõõdukalt efektiivseteks (Thompson & Smith, 2011). Üldiselt peetakse laialt levinud "Nulltolerantsi" põhimõtetele tegutsemist ehk otseste karistusmeetmete kasutamist kiusamise lõpetamiseks ebaefektiivseks ja lausa kahjulikuks (Barbero et al., 2012; Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009). Kuigi ka Borgwald ja Theixos (2013) näitavad, et karistamise meetodid pigem suurendavad kiusamist, muudavad seda varjatumaks ja tekitavad trotsi, kajastub võrdlemisi värskes uuringuraportis (Veenstra, Lindeberg, Huitsing, & Sainio, 2014), et õpilased ise peavad neid protseduure tõhusateks ja tunnevad end koolis kõige turvalisemalt, kui õpetaja kasutab kiusajate distsiplineerimiseks just otseseid karistusabinõusid.

4.3.2 Ohvri tugevdamisele suunatud meetodid. Eesmärgiks on parandada ohvri enesekindlust ja muuta teda emotsionaalselt tugevamaks läbi sotsiaalsete oskuste treeningu. Õpetajad suhtuvad meetoditesse skeptiliselt, kuna isegi pärast koolitust nähakse võimu tasakaalutust (Rigby, 2010). Uuringuraportite ja praktikute soovitude põhjal võib öelda, et sotsiaalsete oskuste treening ja seeläbi ohvri tugevamaks muutmine on äärmiselt oluline tõhusa, jätkusuutliku ja süsteemse kiusamisvastase kava koostamiseks (Evans et al., 2014; Kyriakides & Creemers, 2013; Thompson & Smith, 2011).

4.3.3 Vahendamise meetod. Meetodi eesmärgiks on leida osapoolte vaheline kompromiss neutraalse koosviibimise tagajärjel. Vahendaja tagab, et kiusamissituatsiooni osapooled säilitavad oma mõju protsessi ja selle tulemuste üle. Eeldatakse, et mõlemad määratlevad olukorra ja on julgustatud lahendama probleemi omavahel. Vahendaja ei karista ega vali pooli, olles kui abikohtunik. Kõigil osapooltel on võimalik igal hetkel vestlusest lahkuda ja vahendamismeetodi ainus eesmärk on kompromissi saavutamine (Rigby, 2010). Teadlikult või mitte, aga tihti õpetajad ise täidavad vahendaja rolli. Vahendaja võib olla ka mõni muu õpilane (Rigby & Griffiths, 2011). Olenevalt situatsiooni kontekstist, toetutakse vahendamismeetodile, et kutsuda kiusajas esile empaatiat ohvri vastu, kuigi ainult selle meetodi kasutamine ei pruugi olla piisav, tõdevad Garandean ja Cillessen (2006). Thompson ja Smith (2011) tõid välja, et Inglismaa uuringu tulemuste kohaselt kasutavad õpilased vahendamise meetodit nii probleemi ennetamise kui ka lahendamise abinõuna.

4.3.4 Suhteid taastav õigusemõistmine. Tegu on heade ja sallivate suhete loomisele või taastamisele suunava meetodiga. Selle siht on kontrollida kiusajat ja parandada ohvri enesetunnet. Õigusemõistmine algab mitteametliku kohtumisega ohvri ja kiusaja vahel, kuid mõningatel juhtudel võib protsessis osaleda ka terve klass. Kiusajalt küsitakse rida küsimusi tema käitumise kohta, aga peamiselt uuritakse tema arvamust, keda ja mil viisil tema käitumine mõjutas. Järgnevalt palutakse ohvril rääkida oma tunnetest kiusamise ajal ja pärast seda ning kuidas intsident teda mõjutab. Seejärel, esialgu ohvrilt ja seejärel kiusajalt, küsitakse, mis peaks olukorra paranemiseks juhtuma. Lõpuks peab kiusaja ütlema mida ta tulevikus teeb, et olukord ei korduks. Järgnevatel kohtumistel jälgitakse muutusi kiusaja käitumises (Rigby, 2010). Meetod on efektiivne, paindlik ja mitmekülgne nii probleemi ennetamiseks kui ka sellele reageerimiseks, kui kasutada seda kogu kooli hõlmavalt, koolitada personali ja kinnitada tehnikate kasutamist õpilastele (Rigby, 2010; Thompson & Smith, 2011). Thompson'i ja Smith'i (2011) sõnul, on see peale otseste sanktsioonide sageduselt järgmine kasutatav meetod Inglismaa koolides. Uuringu tulemused kinnitavad, et seda peetakse, nagu ka tugigrupi meetodit, väga heaks tehnikaks suhetega seotud probleemide lahendamiseks.

4.3.5 Tugigrupi toetuse meetod ehk mittesüüdistav lähenemine. Nagu ütleb meetodi pealkiri, siis see meetod ei keskendu süüdistamisele, häbistamisele ja karistamisele vaid lahenduse leidmise võimaldamisele. Grupis on harilikult 6–8 liiget. Tugigrupi metoodika ei eelda, et kiusaja häbi ja kahetsus on eeltingimus positiivsetele muutustele. Meetod koosneb

seitsmest sammust. Esimene samm on kohtumine ohvriga, kes kirjeldab detailselt sündmust ja nimetab kiusaja(d), mislābi tunnetab, et grupi liikmed justkui elavad seda läbi koos temaga. Tulenevalt ohvri detailsele kirjeldusele keskendub grupi juht ohvri murele. Kedagi ei süüdistata ning tehakse selgeks, et grupp tuli kokku eesmärgiga probleemi lahendada ning kõik osalejad vastutavad olukorra parandamise eest. Seejärel küsib juht soovitusi ohvri situatsiooni paremustamiseks ja kõik liikmed annavad teada kuidas nemad ohvrit aitavad. Seejärel tänab juht liikmeid toetuse eest ja annab neile tegevusvastutuse. Umbes nädala pärast kohtub juht nendega uuesti, aga sel korral eraldi kõigi liikmetega, et vaadelda edasiminekuid. Ka ohvrit intervjueritakse veelkord (Rigby, 2010).

Thompson'i ja Smith'i (2011) uuring näitab, et tugiõpilaste kasutamine on populaarseim reaktiivne kiusuvastane tegevus. Seda kasutab vastavalt situatsioonile ja vajadusele koguni 70% koolidest. I kooliastmes on tugiõpilane "silmad ja kõrvad", II kooliastmes peetakse seda kõige efektiivsemaks kiusu raporteerimise meetodiks. Nad lisavad, et tõhusaim on see I kooliastme lõpus ja II kooliastme alguses. Meetodit on kiidetud heaks, kuid see on pälvinud ka kriitikat. On arvamusi, et kiusamise eest peab rangelt karistama ning koolil on sobimatu kohustada teisi õpilasi kiusamisprobleemiga tegelema, tõi Rigby (2010) välja. Ta lisas ka, et uuringud on näidanud meetodi tõhusust eeldusel, et kiusaja reageerib ohvrile ning soovib ka ise olukorda muuta. Vastasel juhul on edu võimalus väike.

4.3.6 Kooli tribunalid. Meetod on kohandatud vorm kooli nõukogust ja annab võimaluse kaasata kiusuennetusse õpilasi (Rigby, 2010; Thompson & Smith, 2011). Avalikke "kiusukohtuid" võib lugeda ka otseste karistamismeetmete hulka. Vahetult peale kiusamisjuhtumit kohtuvad kõik osapooled valitud õpilastega, kes viivad läbi "kohtuprotsessi". Kohtunikuks on koolitöötaja. Küsitletakse kõiki asjaosalisi, kaasaarvatud kiusu tunnistajaid. Lõpuks mõeldakse kiusajale karistus (Thompson & Smith, 2011). Thompson'i ja Smith'i (2011) uuringu tulemused Inglismaa koolide kohta näitavad, et "kiusukohtuid" kasutas vaid 2% koolidest, aga õpetajad hindasid seda meetodit üpris tõhusaks.

Thompson ja Smith (2011) lisavad ka, et asjaosalised peavad kindlasti olema koolitatud ja pidama rangelt kinni reeglitest. Lisaks ei sobi meetod liiga noortele lastele ning ebaõnnestumise korral võib vajada toetamist otseste sanktsioonide ning lepitamismeetodiga. Borgwald ja Theixos (2013) peavad meetodit pikas perspektiivis ebatõhusaks, sest see muudab kiusamise varjatumaks ja ei sobi kaudsete kiusamisolukordade lahendamiseks.

4.3.7 Ühise Mure meetod/ Pikase meetod. Ühise Mure meetodit peetakse üheks kõige laialdasemalt kasutatavaks meetodiks grupiviisilise koolikiusuga võitlemisel. Rohkelt kasutatakse seda ka töös provokatiivsete kiusajatega (Thopson & Smith, 2011). Meetodi arendajaks on Rootsi teadlane Anatol Pikas, kes märkas, et konflikti lahendamist toetab suurepäraselt vahendamismeetod, kuid ilma koolitatud praktiku abita ei pruugi osapooled jõuda kompromissini. Erinevalt Ühise Mure meetodist toimub Pikase meetodi puhul esimene intervjuu kõigi kiususituatsioonis osalejatega individuaalselt ja alles seejärel grupis. Ühise Mure meetodi puhul leiab grupikohtumine aset juba algfaasis (Rigby, 2010).

Pikase meetodi puhul selgitab praktik kõigile eraldi, et soovib aidata kõigil lastel tunda end koolis turvaliselt, kuid temani on jõudnud kuuldused õpilasest, kellel on teiste lastega kehvad suhted. Seejärel räägib praktik ohvri murest ja kirjeldab tema võimalikke tundeid. Seejärel uurib praktik intervjuueeritavalt ehk on tema midagi märganud. Kui kiusaja kinnitab teadlikkust olukorrast, küsitakse temalt ettepanekuid asjaolude parandamiseks. Vastasel juhul annab praktik ise soovitusi olukorras tegutsemiseks. Viimane, samasugune intervjuu, tehakse ohvriga. Mõne päeva pärast tehakse kiusaja(te)ga individuaalsed korduskohtumised, et näha kas olukord on paranenud. Kui nähakse positiivset edasiminekut, tehakse grupikohtumine koos ohvriga (Rigby, 2011).

Meetod põhineb arusaamal, et kiusamine on grupiviisiline sotsiaalne nähtus ja seda on võimalik muuta grupinormide mõjutamisega. Selle edu näitab, et kiusajatel ei pruugi puududa empaatiavõime (Rigby & Griffiths, 2011). Meetodi puuduseks on suur ajanõudlus (Rigby, 2010). Thompson'i ja Smith'i (2011) uuringutulemused Inglismaa koolides kasutatavate meetodite kohta näitavad, et seda kasutas 5% uuringus osalenud koolidest, kuid vaid neljandik neist oli koolitanud oma personali. Samuti tuuakse välja, et meetodit eelistatakse kasutada suhetega seotud kiusamis-situatsioonides, aga ka puudega seonduva kiusu lahendamisel I kooliastmes. Paljud Inglismaa koolid ei olnud meetodist teadlikud, kuid need kes kasutasid, hindasid tõhusust mõõdukaks. Austraalias läbiviidud uuringus andmetel (Rigby & Griffiths, 2011) kasutati meetodit nii otseste kui ka kaudste kiusamissituatsioonide lahendamiseks ja peeti tõhusaks. Vaatamata sellele, et mõningates olukordades ei viidud kogu protsessi läbi nõuetekohaselt, oli uuringu eelduseks personali vastav koolitus. Kahe eelpool nimetatud uuringu võrdluses võib järeldada, et personali asjakohane ettevalmistus ja meetodi tõhusus on tugevalt seotud.

4.3.8 Eakaaslastevaheline koostöö. Õpilased usuvad, et kiusamise peamiseks eesmärgiks on isikliku positsiooni parandamine või hoidmine, mis toimub teiste staatuse nõrgestamise

arvel (Strömpl et al., 2007). Kujundades oskuslikult klassis kehtivaid grupinorme saab muuta ohvri kaitsmist ja mittekiusamise toetamist positiivse tagajärjega, autasustatavaks ja staatust tõstvaks tegevuseks. Selleks on õpetajatel ja kooli personalil vaja julgustada soodsat käitumist ja kiita edusammude ning eeskujuliku käitumise propageerimise eest (Salmivalli, 2010).

Eakaaslastevaheline koostöö on küll vastuolulise tõhusega meetod, kuid teatud kontseptsioonides, näiteks KiVa programmis, toimib hästi. KiVa programm näeb ette, et lisaks juhtumilahendamise protseduurile ohvrite ja kiusajatega, kohtub klassijuhataja kiusamise ohvriks langenud õpilaste klassis kõrget saatust omavate klassikaaslastega ning kutsub neid üles kiusamise ohvreid toetama, sest kõrge staatusega klassikaaslastel on ohvri kaitsjatena palju rohkem mõjuvõimu kui madalama staatusega õpilastel (Smith, 2016). Seega, et meetod annaks positiivseid tulemusi, tuleb toetada õpilastevahelisi grupidid kiusamissituatsiooni tõkestamise võimaluste kohta, kuid kindlasti kaasata juht/vahendaja(d) (nt õpetaja, tugiõpilased vm koolitatud personal), soovivad Farrington ja Ttofi (2009).

4.3.9 KiVa vastanduv ja mittevastanduv lähenemine. Teisisõnu on tegu kiusajaga individuaalvestluse korraldamise meetodiga. Vastanduva lähenemise puhul esitatakse kiusajale kindlad faktid situatsiooni kohta ning nõutakse kiusamise kohest lõpetamist, tehes kirjalik kokkulepe. See meetod on tõhusam nooremate lastega. Mittevastanduva meetodi puhul lähenetakse kiusajale teda mittesüüdistava arutelu käigus, räägitakse ohvri kannatustest ja murest ning otsitakse koos kiusajaga võimalusi ohvri aitamiseks, mis uuringute andmetel annab paremaid tulemusi vanemate õpilastega (Farrington & Ttofi, 2009).

4.3.10 Vastuolulise tõhususega meetmed. "Nulltolerantsi" põhimõtetel tegutsemist ehk rangete otseste karistusmeetmete kasutamist kiusamise lõpetamiseks peetakse ebaefektiivseks ja lausa kahjulikuks (Barbero, et al., 2012; Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009). Rigby (2010) ütleb, et uuringuid ja kirjandust, mis kinnitaksid karistamisvõtete tõhusust, on väga piiratud. Ranged karistamismeetmed nagu näiteks koolist eemaldamine, ei paranda olukorda ega pane kiusajat muutuma. See pigem lõikab kiusaja ühiskonnast välja, kuigi tegelikult vajab ta õigele teele suunamist ja tuge (Borgwald & Theixos, 2013; Salmivalli, 2010). Borgwald ja Theixos (2013) näitavad, et karistamise meetodid pigem suurendavad kiusamist, muudavad seda varjatumaks ja tekitavad trotsi. Ühest uuringust (Farrington & Ttofi, 2009) siiski selgub, et "leebed" karistused (nt tõsised jutuajamised ja privileegidest ilmajätmine) on tõhusamad I kooliastmes, sest edastavad noorematele

õpilastele, kelle sotsiaalsed oskused ja empaatiavõime pole veel väljaarenenud, väga konkreetse sõnumi.

Üldiselt soovitatakse kiusamise lõpetamiseks vältida õpilaste häbimärgistamist, avalikku karistamist ning koolist väljaarvamist, vaid eelistada selle asemel suhete parandamist ja õpilaste käitumise modifitseerimist (Barbero, et al., 2012; Farrington & Ttofi, 2009). Sanktsioone võiks kasutada reaktiivse meetodina, et sõnastada kooli- ja klassi reeglid, soovivad Thompson ja Smith (2011). Lisaks näitavad mitmed uurimused (Evans, et al., 2014; Kyriakides & Creemers, 2013; Thompson & Smith, 2011), et kiusamisjuhtumi lõpetamiseks ei sobi sotsiaal-emotsionaalsust ja empaatiat arendav eakaaslastevaheline grupitöö meetod, vaid eelistama peaks pigem individuaalseid vestlusi nii kiusaja (nt eneseteadvusetamise ja vastutuse võtmise teemadel) kui ka ohvriga (tugevdamise meetodid ja suhtlemisoskuste arendamine).

4.4 Võimalused kiusamisjuhtumite peatamiseks väljaspoolt kooli

On tähtis, et kogu koolipere teaks mis võimalused abi saamiseks on koolist väljaspool ning kellega kool koostööd teeb (Pepler & Craig, 2014). Uuringud näitavad, et kogukonnakeskne lähenemine ja potsensiaalsete koostööpartnerite väljaselgitamine on tõhusa kiusuvähenduse kohustuslik osis, kuna kiusamine ei ole üksnes kooli probleem ja leiab aset ka mujal (Thompson & Smith, 2011). Et hukkamõiste suhtumine kiusamisse oleks kõikjal kus noored viibivad, soovivad Pepler ja Crag (2014) teha koolidel koostööd kohaliku politseiga, tervishoiutöötajatega, tuletõrjujatega, parameedikutega, kohalike sportlaste, poliitikute, ettevõtjate ja kuulsustega, aga ja selliste asutustega nagu seda on tugiteenused, pere- ja tervisekeskused. Kõik need kanalid mitte ainult ei võimalda loenguid ennetuse kohta, vaid saavad ka toetada neid õpilasi, kes kogevad raskusi.

Uuringud annavad palju olulist informatsiooni edukate kiusamist vähendavate praktikate ning tõhusate tegutsemispõhimõtete kohta. Kiusamise vähendamisega tegeleb vähemal ja rohkemal määral iga kool, kuid Eesti koolijuhtidel puudub põhjalik ülevaade kasulikest ja kahjulikest tegevustest. Võttes arvesse valdkonna spetsialistide arvukaid soovitusi kasulike meetode ja vajalike elementide kohta tõhusaks kiusamise vähendamiseks, koostas töö autor koolijuhtidele veebipõhise abimaterjali Teejuht arendusverisooni, mis koosneb hetkel tehatava kiusuvähenduse kaardistamise instrumendist ning üldistest soovitustest kiusamise vähendamiseks koolis.

4.5 Kiusamisvaba Kooli Teejuhi koostamine

Töö autor võttis koolijuhtidele suunatud abimaterjali Teejuht testversiooni koostamisel aluseks uurimustes ja teadusartiklites välja toodud ja kinnitust leidnud kasulikkuse kriteeriumid. Esiteks arendas autor testversiooni hetkeolukorra kaardistamise instrumendist (lisa 1 – kaardistamise küsimustiku näidis), millest saadud tulemuste põhjal said koolid küsida ka personaalset tagasisidet (lisa 2 – tagasiside näidis). Teiseks koostas autor varasemate uuringute toel tabeli üldistest soovitustest kiusamise vähendamiseks koolis (lisa 3 – tabel üldiste soovituste kohta), mis koosneb võtmetegevustest, nende kasulikkuse põhjendustest ja näidetest. Lisaks tõi autor soovituste tabeli alla ka vastuolulise tulemuslikkusega ja kahjulikuks ostunud meetodid, mida sageli koolides kasutatakse. Kolmandaks, Teejuhi terviklikkuse eesmärgil, loodi koolijuhtidele veebilehekülj (http://kvkteejuht.weebly.com/ parool: Kikasmagister), mille kaudu tagati ligipääs mõlemale kõnealusele materjalile ning seejärel saadeti neile veebilehekülje aadress, parool ja materjali katsetamise juhised e-maili aadressile.

Hetkeolukorra kaardistamise instrumendi eesmärk on anda koolijuhtidele põhjalik ülevaade juba tehtavast kiusuvähenduse tööst koolis ja suunata tähelepanu murekohtadele. Sellise vahendi olulisus seisneb võimaluses koondada kokku informatsioon varasematest tegevustest, anda ülevaade nende tõhususest, teha vajadusel korrekture ja panna vastavalt paika tegutsemisplaanid tulevikuks (Thompson & Smith, 2011; Rigby, s.a.). Et koostada koolijuhtidele praktiline mudel (instrument), mille abil kaardistada koolis juba tehtav kiusuvähenduse töö, koguti varasemate uurimuste ja teadusartiklite teoreetilisi andmeid oluliste valdkondade ja sihtgruppide ning tõhusate tegevuste kohta. Saadud informiooni põhjal koostati abitabel, mille järgi instrument struktureeriti.

Instrumendi koostamisel lähtuti neljale sihtrühmale suunatud tegevustest, kes kõik on olulisel kohal kava jätkusuutlikkuses ja tõhusas kiusuvähenduses. Need on õpilased, lapsevanemad, õpetajad ja juhtkond. Lisaks lähtus autor, toetudes varasematele uuringutele, kolmele põhilisele kiusuvähenduse valdkonnale, mis on ennetustegevus, sekkumine ja hindamine. Arenduses olev kaardistamise instrument ise ongi koolijuhtidele üheks abivahendiks kolmanda valdkonna, hindamine, katmiseks. Materjali koguti ja töödeldi umbes 10 kuud ja selleks kasutati ligi 40 allikat.

Peamised soovituslikud meetodid kiusuennetuseks, mida eelmistes peatükkidest põhjalikult avati ning kaardistusvahendi koostamisel arvesse võeti, on:

1. sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine ja arendamine;
2. tugigruppide kasutamine;

3. grupinormine mõjutamine läbi positiivse käitumise propageerimise ja suunamise;
4. korrektse käitumise kokkulepped ja kogukonna kaasamine.

Põhilised käsitletavad meetodid kiusamisjuhtumite lõpetamiseks on:

1. otseste sanktsioonide kasutamine ja sobimatu käitumise eest karistamine;
2. ohvri tugevdamine;
3. vahendamise tehnikad;
4. suhete taastamine;
5. mittesüüdistav lähenemine;
6. kooli tribunalid;
7. Ühise Mure meetod ehk Pikase meetod;
8. eakaaslastevaheline koostöö;
9. vastanduv- ning mittevastanduv lähenemine.

Nii kiusamise ennetamiseks kui ka peatamiseks tuleb teha koostööd tugisorganisatsioonide ja terve kogukonnaga, mida võeti samuti kaardistusvahendi koostamisel arvesse. Lisaks kahele eelnevale on ka kolmas valdkond, mida kaardistusvahendi koostamisel arvesse võeti. See on üldine hinnang varasemalt koolis tehavata kiusuvähendustöö hindamise, järeltuste tegemise ja vastavalt vajadusele sissetoodud muudatuste kasulikkusele.

Hetkeolukorra kaardistamise instrumendi idee seisneb võimaluses visualiseerida koolijuhtide jaoks toiminguid mida hetkel nende koolis kiusamise vähendamiseks tehakse ning anda ülevaade ja tagasiside kas need tegevused toovad ka kasu. Kaardistamine koostati Google Forms keskkonda ja instrumendi vastused seoti personaalse tagasiside vormiga, mis koostati vastavalt koolijuhtide vastustele, igale koolile individuaalselt, kasutades *MS Exceli* valemideid. Koolijuhtide vastused hetkeolukorra kaardistuse kohta kodeeriti numbriteks, vastavalt 1=JAH; 0,5=MINGIL MÄÄRAL ja 0=EI, mis andis neile väärtuse personaalses kaardistuses. Valemite abil moodustati visualiseerivad graafikud tulemuste kohta valdkonna ja sihtgrupi kaupa.

Kuna koolidel puudub kompaktne ja põhjalik ülevaade uuringute põhjal tõhusust näidanud meetodite ja kõikehõlmava tegutsemiskava koostamise põhimõtete kohta, koostati Teejuhi teise suurema alateemana tabel „Üldised soovitusel kiusamise vähendamiseks koolis“, millele koolijuhid ja personal saaksid toetuda edasise kiusuvähenduse planeerimisel.

Et moodustada koolijuhtidele abimaterjal üldiste soovitude kohta kiusamise vähendamiseks koolis, koguti varasematele uurimustele ja teadusartiklitele toetudes teoreetilisi andmeid oluliste kiusamist ennetavate ja tõkestavate tegevuste kohta ja koostati märksõnadest koosnev tabel, mille põhjal hiljem komplekteeriti allikatega toetatud põhjalik tabel.

Soovituste tabeli koostamisel võttis töö autor arvesse loetelu peamistest elementidest, mida uuringute põhjal on olulisteks ja tõhusateks peetud ja mille üle eelnevates peatükkides on põhjalikult arutletud. Nendeks on:

1. *kogu kooli (õpilased, lapsevanemad, personal ja juhtkond) kaasatus, mille alla kuulub kõigi osapoolte vaheline koostöö, koolitamine ja neile usaldusväärse informatsiooni ning abi tagamine;*
2. *seotus õppekava ja kooli igapäevaeluga, mille alla kuulub üheselt mõistetav kiusamise defineerimine, konkreetsete käitumisreeglite sõnastamine, puhkekohtade jälgimine ja meetodite mitmekesisus ja mitmekülgsus;*
3. *jätkusuutlik kasutamine, hindamine, analüüs ja muudatused.*

Lisaks on soovituste alla toodud välja ka eraldi tabel kahjulike ja vastuoluliste tegevuste kohta (nt otsesed karistusmeetmed ja mõningad meetodid õpilaste sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamiseks), mille kasutamisel tuleb olla ettevaatlik ja tähelepanelik.

Koolijuhtidel paluti Teejuhti katsetada, et koguda intervjuu käigus tagasisidet selle kasutusmugavuse kohta ning saada soovitusi arendamiseks.

4.6 Uurimuse eesmärgid ja uurimisküsimused

Eestis on koolikiusamine väga suur probleem ja seni ei ole kiusuvähendus andnud häid tulemusi (Aasvee & Rahno, 2012; Chester et al., 2015; Markina & Žarkovski, 2014). Arvukate uuringute toel, mis võrdlevad erinevaid kiusamist vähendavaid lähenemisi ja elemente, on võimalik selekteerida kasulikku informatsiooni ja võtta eeskuju nendest riikidest, kus koolikiusamist on suudetud oluliselt vähendada (Barbero et al., 2012; Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009; Thompson & Smith, 2011). Kuigi teadusmaailmas on see kasulik info juba mõnda aega olemas, on selle jõudmine praktikute ja Eesti koolijuhtideni olnud seni üsna lünklik. Et koolikiusamist tõesti vähendada, on vaja koolijuhtidele anda ülevaade kasulikest tegevustest, mille abil saaksid nad oma koolis korraldada tulemuslikku kiusuennetust ja kiusujuhtumite lahendamist.

Eelnevast informatsioonist lähtudes, on antud uuringu eesmärgiks koostada koolijuhtidele teadusuuringutes leitule toetuv veebipõhine abimaterjal Teejuht ning kirjeldada seda katsetanud koolijuhtide arvamuste põhjal materjali kasulikkust, kasutusmugavust ning arendusvõimalusi. Selleks seati mitmeid ülesandeid:

- 1) *Selgitada välja millised strateegiad on olnud tõhusaimad võitluses koolikiusamisega;*
- 2) *selgitada välja milliseid programme ja tegevusi kasutatakse enim võitluseks koolikiusamisega;*

3) töötada saadud informatsiooni põhjal välja koolijuhte toetava abimaterjali Teejuht katseversioon mis koosneb:

a) koolis tehtava kiusamisvastase töö kaardistamise instrumendist ja selle tulemuste põhjal koostatud tagasisidest;

b) üldistest soovitustest kiusamise vähendamiseks koolis.

4) anda koostatud materjal viiele koolijuhile katsetamiseks ja selle süsteemsuse, arusaadavuse ning kasutuskogemuse hindamiseks;

5) kaardistada koolijuhtide esmased kogemused Teejuhi katsetamisest;

6) teha vastavalt saadud informatsioonile ettepanekuid Teejuhi arendamiseks.

Käesoleva magistritöö peamine uurimisküsimus on: millisel määral aitab antud töö raames koostatud Teejuht seda katsetanud direktorite arvates neil oma koolis tehtavast kiusamise vähendamise tööst ülevaadet saada ning kavandada tõhusamat kiusamise vähendamist? Sellesarnast abistavat paketti ei ole varem Eestis koostatud ja katsetatud, kuid töös eelnevalt tutvustatud olukorda kirjeldavad uurimused viitavad vajadusele taolise toetuse järgi.

Täpsemalt otsiti Teejuhti katsetanud direktoreid intervjuuerides vastuseid järgmistele küsimustele:

- a) Kui kasulikuks hinnatakse loodud Teejuhti ja millist kasu sellest konkreetselt saadi?
- b) Milline on Teejuhi kasutusmugavus?
- c) Millega võiks katsetajate arvates Teejuhti veel paremaks muuta?

5. Metoodika

Magistritöös on lähtudes uurimuse eesmärgist ja uurimisküsimustest kasutatud kvalitatiivset uurimisviisi. Kvalitatiivses uurimuses on tähtis kirjeldada ja seletada inimeste isiklike tõlgenduste ja tähenduste kaudu tegelikku elu, tegemata üldistusi (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara, 2005). Lähtudes magistritöö eesmärgist on kvalitatiivne uurimisviis sobilik, sest töös on vaja mõista ja tõlgendada uuritavate kogemusi ja arvamusi, töötatakse mitteamvuliste andmetega ja tulemuseks on kirjeldused (soovitused) (Õunapuu, 2012).

5.1 Valim

Uuringu sihtrühmaks oli 11 Tartumaa kooli juhti ja arvesse võeti, et nende koolis peab olema ka algkool. Kriteeriumi seadmisel püüti tagada, et intervjueeritavatel koolijuhtidel oleks vahetu töökogemus nii I kui ka II kooliastme õpilastega. Tegu oli mugavusvalimiga, sest valimit ei kavandatud, vaid lähtuti kättesaadavuse ja uuritavate koostöövalmiduse

põhimõtetest (Õunapuu, 2014). Uuritavate leidmiseks kasutati koolide internetilehekülgi ja seal avaldatud telefoninumbreid. Uurimuse läbiviija helistas koolijuhtidele ning tutvustas planeeritavat uurimust. Koolijuhtidele, kes olid katsetamisest huvitatud (7), saadeti samal päeval elektrooniliselt lisainfo ja muud vajalikud juhised Teejuhi katsetamiseks. Vastavalt kokkulepitud ajale, mis jäi 1–5 tööpäeva vahele helistas uuringu läbiviija koolijuhtidele taas, ning lepitati kokku katsetamisjärgse intervjuu aeg, tingimusel, et koolijuht on Teejuhti selleks ajaks ka katsetanud ning saanud personaalse tagasiside oma kooli kohta. Kõik intervjuud toimusid uurimuses osalenud juhtide koolis. Teejuhti katsetas ja intervjuus osales kokku 5 koolijuhti, kellest üks kaasas katsetamisesse, kuid mitte intervjuusse, ka kooli sotsiaaltöötaja. Intervjueeritud direktorid töötavad keskmise suurusega koolides, kus on õpilasi 330–480, personali suurus on 28–60 õpetajat ja tugispetsialiste on keskmiselt 4 (vahemik 3–5).

Uurimuse juures on väga oluline pidada kinni eetikareeglitest ning kui uurimisobjektiks on inimesed, tuleb veenduda, et uurimuse käigus osalisi ei kahjustataks. Eelneva tagavad konfidentsiaalsus ja anonüümsus ja sellele tuginedes asendati uurimuses osalenud koolijuhtide nimed pseudonüümidega. Lisaks peab uuritavale tutvustama uurimuse eesmärgi ja protseduure ning uuritav peab uurimuses osalema vabatahtlikult (Eetikaveeb, s.a.). Kogu eelnev oli tagatud alustades esimesest kontaktist telefoni teel (uurimuse tutvustamine ja uurimuses osalemise palve), jätkudes tutvustava kirjaga (uurimuse eesmärgi ja protseduuride selgitamine) ning päädides intervjuuga, kui intervjueeritavatele selgitati lisaks eelnevale informatsioonile ka seda, milleks uurimust kasutatakse ning kinnitati, et uuritavate andmeid ei avalikustada ja et need ei ole kolmandatele isikutele kättesaadavad. Seejärel oli koolijuhtidel võimalus küsida uuringu kohta täpsustavaid küsimusi, anda suuline nõusolek uuringus osalemiseks ja intervjuu salvestamiseks.

5.2 Andmete kogumine

Tulemuste mõõtmiseks viidi uuritavatega läbi poolstruktureeritud intervjuu (lisa 4), mis võimaldas koolijuhtidel anda oma vaateid edasi oma endi sõnadega (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara, 2005). Poolstruktureeritud intervjuu käigus sai varem koostatud küsimusi ja lisaküsimusi esitada paindlikult, muuta vastavalt vajadusele nende järjekorda, sõnastada jooksvalt ringi ja tarvidusel selgitada, täpsustada ning vastata koolijuhtide küsimustele mis tekkisid intervjuu jooksul (Õunapuu, 2014).

Intervjuu koostamisel lähtuti eesmärgist saada hinnanguid ja soovitusi koolijuhtidele loodud abimaterjali testversiooni arendamise kohta. Esmalt koostati intervjuu kava, mis koosnes kahest teemaplokist. Esimese teemaploki all olid üldised küsimused, teises aga

esitati Teejuhiga seonduvaid küsimusi. Esimeses küsimuste osas uuriti koolijuhtidelt kui oluliseks nad peavad kiusamisega tegelemist ja kui piisavaks hindavad oma personali teadmisi ja oskusi kiusamise vähendamisel. Teises osas sooviti teada kui põhjalikult koolijuhid testversiooni erinevate osadega tutvusid, kas tegid need ka läbi, milline oli ajakulu ja hinnang kulunud ajale, kui oluliseks nad abimaterjali osade kaupa pidasid, kas kogesid ka raskusi, kui jah, siis milliseid. Lõpuks pidid direktorid andma hinnangu kasutusmugavusele ja soovitusi edaspidiseks arenduseks.

Uurimuse usaldusväärsuse suurendamiseks viidi läbi prooviintervjuu, mille eesmärgiks oli kontrollida küsimuste arusaadavust ja veenduda, et saadud vastuste abil on võimalik täita uurimuse peamist eesmärki. Prooviintervjuud ei tehtud küll koolijuhiga ja intervjueeritav ei olnud uurimusega seotud ega puutu oma töös kokku koolikiusamisega, kuid siiski oli ka temal, nagu ka uuritaval, võimalus enne kohtumist tutvuda kõigi Teejuhi osadega. Prooviintervjuu tulemusel sõnastati pisut ringi kahte lisaküsimust, muutes need intervjueeritavale arusaadavamaks. Lisaks tehti intervjuu käigus kavale märkmeid, et saada kogemusi eelseisvateks intervjuudeks ja olla valmis, et osad küsimused saavad vastuse enne kui neid on küsitud. Prooviintervjuu kestis 18 minutit, mis oli tegelike intervjuudega võrreldes oluliselt lühem aeg, kuid uurija sai juurde kindlustunnet ja ettevalimistust, kuna intervjuu eeldab kavandamist ja selle läbiviimise õppimist (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara, 2005). Kuna isik ei olnud uurimusega seotud, ei kasutatud prooviintervjuu käigus kogutud andmeid ei kodeerimisel ega analüüsimisel.

Intervjuud salvestati telefoni abil, et võimaldada salvestuse taasesitamist. Lisaks tehti intervjuu käigus ka märkmeid, et kaardistada uuritavate emotsioone. Mitmel puhul tuli uuritavaid suunata teema juurde tagasi ja küsida lisaküsimusi. Intervjuu lõpus oli kõigil intervjueeritaval võimalus lisada omalt poolt täiendusi. Lühim intervjuu uuritavatega kestis 26 minutit, pikim 1 tund ja 6 minutit.

5.3 Andmeanalüüs

Intervjuu andmed transkribeeriti. Helisalvestused kopeeriti telefonist arvutisse ja andmed transkribeeriti täies mahus, kasutades selleks programmi *voicewalker*, mis võimaldab vastavalt soovitud tempole valida intervjuude tagasikerimise ja ettemängitavate osade pikkust. Valitud meetod tagas maksimaalselt sõnasõnalised ja usaldusväärsed andmed ning edastas põhjaliku teabe intervjueeritavate arvamuste ja hinnangute kohta. Intervjuu käigus märgiti kavale juurde ka intervjueeritavate emotsioonid ja mitteverbaalsed helid (nt naermine), mis hiljem lisati transkribeerimise käigus teksti vahele sulgudesse.

Et tagada uuritavate konfidentsiaalsus, asendati intervjueeritavate nimed pseudonüümidega ning eemaldati isikunimed kõigist transkriptsioonidest. Transkribeerimisel märgistati uurija ja uuritava ütlused kasutades uurija nimetähte H ja koolijuhhi pseudonüümi D (vastavalt D1, D2 jne). Küsimuste ette lisati ka ajatempel, et vajadusel hiljem lihtsama vaevaga tarvilikku intervjuu osa üles leida. Ühe intervjuu transkribeerimiseks kulus keskmiselt 4,5 tundi. Kõige pikem transkribeeritud intervjuu on 22 lk ja kõige lühem 13 lehekülge pikk.

Transkriptsioonid salvestati *MS Wordi* dokumenti ja seejärel koostati sama programmi kasutades tabel, kuhu koondati kokku küsimused ja nende kohta saadud vastused koos ajatempliga. Uurimuse omapära tõttu oli see kõige otstarbekam viis, kuna vastused sisaldasid sõnalisi soovitusi, mis üldiselt ei kordunud. Tabel andis võimaluse leida kiirelt ja mugavalt vajalikku informatsiooni ja koondada see hiljem uurimuse tulemustesse. Intervjuus arutleti ka uuritavate jaoks olulistel teemadel, mis ei olnud otseselt seotud uurimisküsimustega, kuid seostuvad uurimuse valdkonnaga.

Saadud materjal süstematiseeriti intervjuu kava järgi tabelisse ning rakendati induktiivset kvalitatiivset sisuanalüüsi, mis võimaldab keskenduda tekstis enim olulistele tähendustele, ning lubab analüüsida teksti autori (intervjueeritava) vihjeid. Analüüsi tegemisel kasutati avatud kodeerimist ja pöörati, lisaks uurijale huvipakkuvatele teemadele, tähelepanu ka uuritavate jaoks olulisele, mida nad olid pidanud vajalikuks uurimisteemaga seonduvalt rääkida (Kalmus, Masso, & Linno 2015).

Uurimuse usaldusväärsuse tagamiseks kasutati töö etappides erinevaid meetodeid. Prooviintervjuu läbiviimine abistas intervjuu lisaküsimuste korrigeerimisel, et tagada selgem ja arusaadavam sõnastus. Prooviintervjuusse oli kaasatud uuringuga mitteseonduv isik. Transkribeerimise järgselt kohendati vähesel määral teksti sõnastust ja lausestust, kasutades seejuures transkriptsiooni ajatempleid ning taasesitati pisteliselt intervjuude salvestusi, et veenduda teksti korrektsuses. Uurimuse usaldusväärsust suurendab uurimisprotsessi dokumenteerimine, milleks uurimuse läbiviija kasutas iga intervjuu järel uurijapäevikut, kuhu lisaks intervjuule järgnenud emotsioonidele lisas ka märksõnu intervjuuväliste teemade kohta. Näiteks meenus ühele koolijuhile peale salvestuse lõppu näide kiusamise kohta tema koolis, millest ta pidas vajalikuks rääkida.

Tulemused esitatakse kvalitatiivse induktiivse sisuanalüüsi käigus. Transkriptsioonis sisalduvaid andmeid korrigeeriti minimaalsel määral ning kasutati uurimustulemuste esitamisel ja visualiseerimisel tsitaatidena. Tsitaadist eraldatud teksti osa on märgitud kaldjoonte vahele punktiiriga: /.../.

6. Tulemused

Järgnevalt esitatakse tulemused peamiste kategooriate kaupa, milleks on Teejuhi kasulikkus, kasutusmugavus ja soovitud arenduseks. Peatüki lõpus on eraldi alapeatükina toodud välja peamised kiusuvähendusega seonduvad murekohad, mille üle koolijuhid intervjuu käigus arutlesid ja mida peavad pidurdavateks teguriteks, et kiusamist oluliselt vähendada. Kuigi üldised raskused ei ole otseselt seotud uurimusega, on need olulised teadmised uurimuse valdkonnas.

Ajaliselt kulus koolijuhtidel Teejuhiga tutvumiseks ligikaudu 30 minutit kuni 1 tund, mis sõltus kaardistamise aja sobivusest ja isiklikust vajadusest abimaterjali järele. Seda peeti üldiselt piisavaks ajakulaks. Intervjuu käigus selgus, et kaks koolijuhti viiest töötavad enda kindlate mudelite ja põhimõtete järgi. Neil läks Teejuhiga tutvumise ja erinevate osade läbitegemisega ka vähem aega.

D3: / .../ Kui sa oled asjaga kursis ja tead asjadest, siis see ei võta palju aega... mina vaatan asju seoses. Mul on erinevaid uuringuid mida me siin teeme erinevate uurijatega. Ma panen need kõik kokku ja vaatan kuidas need omavahel suhestuvad ja mis on selle tulemuse taga. See on see suur pilt mis mind huvitab, mind ei huvita detailsus konkreetset /.../

D5: / .../ Ma ikka lasin pilgul üle käia. Ma olen juba ütleme niikaua koolis olnud, et kui ma kuskilt midagi näen, siis ma ei salvesta seda kui absoluutset tõde vaid seostan teda oma teadmistega ja see mis läheb kokku heas mõttes– see kinnistub üha enam. Et ega ma ei oota kuskil mingisugust teadmiste superkogumit ja nüüd me hakkame seda rakendama. Minu meelest on see suur õnnetus koolile, kui koolijuht tuleb koolituselt ja hakkab kohe järgmisel päeval kooli väänama ja keerama. / .../

Kolmel koolijuhil võttis Teejuhiga tutvumine aega ligi 1 tund. Ühe koolijuhi arvates oleks võinud selle peale tema poolest ka rohkem aega minna, sest kui ta teeks ka tulevikus kaardistust plaaniga minna õpetajate juurde, vajaks ta 3–4 tundi, et teha materjalidest head kokkuvõtted ja leida teemasid mille üle nõupidamisel arutleda.

D1: / .../ minu jaoks on seda võibolla isegi vähe, et võibolla peaks sellega natuke rohkem töötama, et eriti kui arvestada seda, et kui tahta seda viia ka näiteks õpetajateni, siis... siis peaks olema nii, et ma peaksin ikkagi seal kolm–neli tundi töötama, et saaks sellest mingisuguse, noh, pooletunnise kontsentraadi kokku, mida õpetajateni viia, sest muidu kui ma hakkam õpetajatele seda kõike ümber rääkima ja... vilistavad nad mind välja. / .../

Teised kaks koolijuhti tõid välja, et tund aega on sellisel kujul tehtava kaardistamise jaoks paras, sest kui süvenemist vajav tekst või küsimustik on liiga pikk, võib see muutuda väga formaalseks ja raskesti jälgitavaks.

D2: / .../ Põhjalikumaks võibolla enam ei tasuks, ma ei tea, et teemasid juurde panna... siis võiks kaks asja eraldi olla ja pärast kokku viia, või tähendab noh, eks me suured inimesed ole samasugused nagu õpilased, et kui ta väga pikaks läheb, siis lõpus hakatakse juba noh, et saaks nagu kiiremini ära. / .../

D4: / .../ nendega on ikkagi see, et noh, kui nad on liiga pikad, siis nende täitmine muutub formaalseks. / .../

6.1 Teejuhi kasulikkus

Kõik koolijuhtid pidasid väga vajalikuks tegeleda koolis kiusamise vähendamisega. Arutledes konkreetset Teejuhi kasulikkuse üle ilmnis, et neli koolijuhti viiest pidas Teejuhti kasulikuks abivahendiks tehtava kiusuvähendustöö kaardistamiseks nende koolis, kuid viitasid ka erinevatele võimalustele, mis võiksid seda veel väärtuslikumaks ja kasutusmugavamaks muuta. Üks koolijuht neljast leidis, et vaatamata Teejuhi kasulikkusele, kasutaks ta materjali osaliselt, kuna senine kiusuvähendusmudel tema koolis üldiselt toimib.

D2: / .../ Sellist abimaterjali või sellist kokkupandud asja kasutaks küll, et kool ei pea ise otsima igalt poolt– tera siit, tera sealt... kiusamine noh on väga tähtis teema aga koolis on jube palju muid teemasid kah. / .../

D5: / .../ Kindlasti see sobib temaatilise järevalve jaoks superhästi. Selles mõttes, et neil (kiusamise vähendamisega tegelev personal) on vaja kiiresti saada mingit informatsiooni kätte ja siit ta saab edasi analüüsida ja edasi minna. Selles mõttes, et nende jaoks on see nagu öeldakse rusikas silmaauku, et ta nagu käsitleb kogu teemat. / .../

D5: / .../ Noh, jah, ma ütlen, et mul on teised hindamiskriteeriumid, et ma ei võtnud seda asja niimoodi, et ma võtan selle oma töö aluseks eks. Ma ei satu niisugustest asjadest eufooriasse, et meil on maru hästi kõik ja vastupidi, et kõik on jube halvasti. Ma näen seda kui abimaterjali, mida kasutada ja edasi minna aga minu jaoks ei ole see see, mille järgi ma annaksin mingit hinnangut. / .../

Üks koolijuht ei pidanud Teejuhti küll otseselt kasutuks, kuid pidas õpetajate üldist taset nõrgaks. Ta leidis, et enne programmide loomist ja info koondamist tuleks tugevalt keskenduda kooli personalile, kes tema sõnul ei ole alati pädev lapsekeskses koolikliima loomises nii oma teadmiste, oskuste kui ka isikuomaduste tõttu. Tema arvates saavad muutused toimuda vaid siis, kui paraneb õpetajate kvaliteet ning alustada tuleks sealt.

D3: / .../ Nende hulgas on ka selliseid inimesi, kelle väärtushinnangud ja hoiakud ei sobi õpetajale. Neid, kes tegelikult ei hooli lastest, kes tegelikult ei näe, ei kuule ja ei oska reageerida. Ennekõike baseerub kogu see asi isiksuslikel omadustel. Õpetajaks tulles peaks

sul olema isiksuslike omaduste pakett väljakujunenud ja see on selline, mis sobib siia organisatsiooni. Kui seda ei ole, siis on ju jama... Kui on keegi vägivaldne, ükskõik, kas siis mentaalsel tasandil või füüsilisel, siis need käitumismustrid kipuvad korduma kui me ei suuda neid kuskilt lõhkuda, ja see lõhkumine on üliiraske töö– sa pead teadma kuidas inimene mõtleb, ehk tegelikult kogu inimese kastavatamine baseerub neuropsühholoogial ja kui sa seda ei tea, ei saa sa ei õpetada ega kasvatada, mitte kumbagi. / .../

Üks koolijuhtidest pidas äärmiselt vajalikuks ennekõike ennetustööd, mida tema koolis alates esimesest klassist ka ainetundidesse seotakse.

D5: / .../ Tähtsustan eelkõige ennetamise teemat. Ma näen ikkagi niimoodi, et sellega tuleb just ennetavalt rohkem tegeleda. Muidu on nagu päästeamet, et sa jäädki sellega tegelema. / .../

Seevastu teine koolijuht pidas kiusamise vähendamist küll oluliseks teemaks ning Teejuhti kasulikuks abivahendiks, aga viitas seejuures, et seda tuleks teha eelkõige vajaduspõhiselt ega tasu ülepingutada ja otsida probleemi ka siis kui seda tegelikult ei ole.

D4: / .../ Et ta on kindlasti oluline, aga meie arvates ei tasu sellest rääkimisega nagu ka üle pingutada, sest iga väike asi annab rääkides suureks puhuda ja noh, et reageerima peab ikkagi seal kus tõesti reageerima peab, et lihtsalt reageerima reageerimise pärast ei ole nagu klaar, või noh täiesti mõtetu. / .../

Teejuhti kasulikuks pidanud koolijuhid leidsid, et vajalikud on kõik selle osad ning nende alla kuuluvad võimalused. Lisaks said nad ka vähesel määral Teejuhist juba abi ning ideid edasiste tegevuste planeerimisel. Koolijuhid tõid välja, et materjal on hea ning kompaktne ning sobilik kasutamaks enda kooli kodukorra ja kasutuses olevate kiusuvähendusmodelite täiendamiseks, aga ka abimaterjalina personalile ja tugisikutele.

D2: / .../ mõte liigub ja et ma lähen nüüd nende asjadega kõigepealt juhtkonda ja siis me räägime ka õpetajatele ja vaatame, et ... saaks midagi teha äkki. / .../

D4: / .../ vaja tõesti defineerida, et me saaksime kõik sellest ühtemoodi aru. See tuleb noh, kindlasti meil ka nagu üle vaadata ja siin kodukorra täiustamine ongi plaanis. Sinna on just selliseid asju vaja... eriti noh, neid asju mis võivad juhtuda, aga ka mis pole siiamaani juhtunud, nende peale on väga raske enne tulla. / .../

D5: / .../ ma võtaksin selle mudeli ja viiksin selle õpetajateni ja meeskonnani, et kindlasti on see oluliselt laiem hindamismudel ja skaala kui meie seda kasutame... meil on oma mudel välja kujunenud, aga me tahame oma mudelit täiendada, täiustada ja selleks on ta (üldised soovitusel) nüüd sobilik. / .../

6.2 Teejuhi kasutusmugavus ja soovitusel

Kõigi koolijuhtide arvates oli Teejuhi kasutamine lihtne ja mugav. Ka internetileht oli loogiline ja kõik vajalik hõlpsasti leitav. Ühelgi koolijuhil ei tekkinud küsimusi seoses kaardistamise instrumendi ülesehitusega ja kõik said selgelt aru ning pidasid mõistetavaks miks kaardistamisel on lähtutud neljast sihtrühmast (õpilane, lapsevanem, personal, juhtkond) ja kolmest valdkonnast (ennetus, sekkumine, hindamisprotseduurid). Sellegipoolest toodi intervjuude käigus välja mitmeid huvitavaid soovitusi.

Et teejuhi kasutamine oleks veel mugavam, soovitas üks koolijuht lisada hindamisvahendile protsentide skaala, mis võimaldaks prognoosida ajakulu, et sellele vastavalt planeerida vajadusel oma edasise tegevusi.

D2: / .../ võiks kuskil olla selline skaala, mis näitaks, et noh, mingitel küsitlustel on, kui palju sa oled nagu juba ära teinud, või kus maale sa jõudnud oled, protsentides või midagi. Siis saaks vaadata, et kus ma umbes olen selle täitmisega ja kui nüüd tuleb midagi vahele või tead, et sul on mingi kellaaaja asi, siis sa noh, umbes vaatad, et ahahh. Aga nüüd ma ei teadnud kaua veel läheb ja seda, et kui pooleli jääb, kas saab edasi täita. / .../

Üks koolijuhti soovitas hindamisvahendile lisada salvestamise võimaluse, et kaardistust saaks vajadusel pooleli jätta ja hiljem jätkata.

D2: / .../ see võiks ka olla, et kui jääb pooleli, sest noh, koolis juhtub neid asju, et sa pead ootamatult minema, et siis, et ei peaks nagu otsast alustama jälle. / .../

Kaardistuses sisalduva mitmekülgse käsitluse juures koges üks koolijuht, et hindamise jooksul, kui ta oli teemasse rohkem süvenetud, meenusid talle mitmed kasutusel olevad kiusuvähenduse tegevused mida tal enne meeles ei olnud. Ta soovitas, et kaardistusel võiks olla võimalus minna eelmistesse alateemadesse tagasi ja vajadusel teha muudatusi.

D4: / .../ pigem oli jah see, et me nagu noh esimese hooga kohe nagu ütleme, tekib üks reaktsioon ja hiljem siis tekkis natuke teine, mõte liikus.../ .../

6.3 Teejuhi arendusvõimalused ja soovitusel

Koolijuhid tõid välja mitmeid huvitavaid ideid Teejuhi arendamiseks, ning arutlesid, mida võiks Teejuht lisaks olemasolevale materjalile sisaldada. Üks koolijuht tõi välja, et peale Teejuhiga tutvumist suundus materjalidega tugipersonali juurde ning omavahelise arutelu käigus tekkis neil küsimus, mis puudutas kontrollitud tõhususega soovituslikuid hindamisvahendeid. Direktor leiab, et Teejuhi arendus võiks kindlasti sisaldada usaldusväärsete hindamisvahendite komplekti.

D1: / .../ ma rääkisin meie sotsiaalpedagoogiga nendel teemadel ja kuna tema, ta on

esiteks õppinud kiusamist ja kiusamise vältimist koolis ja... aga selles küsimustikus oli veel üks asi mis, või õigemini ka soovitustes, et kasutada seda niisuguste, kuidas seal oli kirjas, neid tunnustatud või... jah, me ei teadnud millised on siis need kontrollitud tõhususega meetodid? / .../

Kaks koolijuhti tõid välja, et soovitused ja kasulikud meetodid ning tegevused võiksid olla põhjalikumalt avatud, et vajaduse tekkides neid mugavalt leida ja kasutada. Üks neist soovitas luua kaardistamise instrumendi teemade alla alalõigud, et tarvidusel oleks võimalus täpsustada ja minna mõne koolijuhi jaoks olulisema ning suuremat tähelepanu vajava teemaga sügavuti. Teine koolijuht tegi ettepaneku, et meetodite kirjeldused võiksid olla Teejuhis väljatoodud eraldi teemaplokina. Põhjus seisneb selles, et kõigi koolijuhtide arvates ei ole ühte universaalset meetodit mis sobiks kõigile, sest pea iga juhtum on ainulaade ja vajab lahendamiseks valikuid. Seda meelt olid kõik viis koolijuhti.

D1: / .../ pigem õpetajad peavad koguaeg leiutama seda, et mis antud konkreetsel juhul töötab, mis mitte. / .../

D3: / .../ iga keiss on unikaalne ja kahte sarnast keissi ei ole. Seepärast testiga neid asju ei lahenda, sa saad mingi fooni anda, aga iga keissi nopid eraldi välja: oli, ei olnud. Siis hakkad tegelema edasi– miks oli, kuidas oli... / .../

D4: / .../ ei ole toeks olemise mingit universaalset meetodit, mis töötab iga klassi, iga klassikollektiivi, iga õpetaja puhul... selliseid täiesti üks ühele sarnaseid juhtumeid ja olukordi ka ei ole. Aga jällegi jah, teatud üldised põhimõtted millest lähtuda, need peavad olema. / .../

D5: / .../ iga laps on omanäoline, iga kool on omanäoline ja ma ei näe sellist mudelit maailmas mis sobiks igale poole, mis oleks absoluutne tõde, ma olen sellest east väljas, et ma seda arvan, et me toome siia Ameerika või Saksa mudeli ja vot see nüüd töötab, see nüüd toimib ja meil tulevad sama edukad inimesed. / .../

D5: / .../ milles on probleem, milles on see kinni ja et kus on need kännud, mille taga siis mingisugune hindamise rida on, eks, et kui seal on nüüd negatiivne see asi, siis mis on see mis seda negatiivsust iseloomustab ja mis on see positiivne, mis seda positiivsust välja toob. Muidu on see ikkagi üldine ja selle vastaja kahe kõrva vahel kinni. Et mis selle moodustab? Kui sa lähed sinna peale, siis väga hea oleks näha mis need alalõigud on. / .../

D5: / .../ Et okei, et ma võtan selle informatsiooni nüüd. Ma saan siin mingi skaala pealt mingi informatsiooni, mis ma sellega edasi hakkan tegema... mõtted, mingid tegevused, see oleks võibolla samm edasi veel. / .../

Üks koolijuht soovitas põimida Teejuhiga küberkiusamse temaatikat, kuna pidas seda

uuema aja probleemiks, millest nõ vanemal generatsioonil puuduvad tõenduspõhised teadmised.

D4: / .../ sest see asi on nagu suhteliselt uus ja eriti noh, meie jaoks, kes me oleme nüüd niiõelda selle interneti eelse aja inimesed. / .../

Et Teejuhis oli toodud välja hindamise, tagasiside ja analüüsimise tähtsus, soovitas üks koolijuht võimalusel eelistada tagasiside kogumiseks kvalitatiivset hindamist (või avatud küsimusi), et saada tõepärasemaid tulemusi.

D3: / .../ kvalitatiivsete ja kvantitatiivsete uurimisvahendite puhul pigem eelistan kvalitatiivset– tegelikult intervjuud. Ja intervjuu analüüsi– see on keeruline ja see on raskem teema, aga see on see, et räägi inimestega. Kuna tegemist on inimestevaheliste suhetega siis ükski testi tulemus ei peegelda tegelikkust, vaid sellel hetkel selle meeleoluga kirjutatud asju. Kui mul oli hea tuju, siis ma olen oluliselt positiivsem. kui mul halb tuju, siis ma olen negatiivne ju. / .../

Tulevikus soovitas üks koolijuhtidest kaasata uurimusse tugipersonali, mitte koolijuhid. Üks viiest koolidirektorist kaasas ka Teejuhi kaardistamisesse õppealajuhataja. Ka teised koolijuhid andsid mõista, et tugispetsialistid on väga pädevad, mõnel puhul isegi rohkem kui koolijuhid ise, arutlema kiusamise teemadel.

D2: / .../ väga usinad töötajad– sotsiaalpedagoog, õppealajuhataja seal koridoriotsas– nemad püüavad ennem kõik selle kinni... Meil tegelikult tegeleb sellega sotsiaalpedagoog, et meil on ka need ametid ära jagatud aga ma sain selliselt aru, et koolijuht, et palju koolijuht sellest teab, et nii ongi, et mõned asjad ei tulnudki meelde. / .../

D4: / .../ Ei mulle küll ei meenu praegu otseselt, et me õppealajuhatajaga koos tegime, kuna noh, muidu ma oleks pidanud minema küsima asju. / .../

D5: / .../ Ma otseselt selle protsessiga tegelen siis kui on ekstreemsituatsioon, et igapäevane töö on teiste inimeste õlgadel ja ma tahangi seda nüüd neile ka näidata ja vaadata, et äkki nad sealt saavad enda jaoks midagi... te peaksite rohkem nende inimestega suhtlema kes seda asja iga päev korraldavad, et kui te tahate selles valdkonnas näiteks doktoritööd tegema hakata, et seda reaalselt elu näeks. / .../

6.4 Koolijuhtide üldised mõtted seoses tõhusa kiusuvähendusega koolis

Kuna kiusamine on aktuaalne teema igas koolis, tulid intervjuu käigus koolijuhtide poolt arutlusele ka mitmed muud teemad ja mõtted. Intervjueerija ei suunanud ühtegi intervjuuvälist teemat teadlikult, vaid pigem hoidis vestlust käimas ja küsis isiklikust huvist tulenevalt täpsustavaid küsimusi. Peamised teemad puudutasid mahuka ja kõikehõlmava

kiusuvähenduse programmi potsensiaalselt rakendamist tulevikus ning sellega seonduvaid võimalikke takistusi.

Tõhusa kiusuvähenduse oluline komponent on kogu koolipere kaasatus ja koostöö. Kahjuks peavad mitmed uuringus osalenud koolijuhid koostööd lapsevanematega äärmiselt keeruliseks. Nad küll tähtsustavad lapsevanemate valdkonna-alast harimist, kuid ei leia tihti selle jaoks võimalusi, kuna enamasti vanematel koostöö soov puudub ning koolijuhid vajavad soovitusi, et muuta koostöö, koosolekud jm lapsevanematele atraktiivseks. Seda peab suureks väljakutseks neli koolijuhti viiest.

D1: / .../ *samas näiteks, kui tuleb see kohustuslik lastevanemate koosolek sügisel, siis me võimleme, mõtleme välja igasuguseid asju, mis võiksid lastevanemat huvitada, et nad tuleksid kohale... meil on... (konfidentsiaalne informatsioon) õpilast. Noh, kaks kolmandikku oleks võinud tulla. Tuli üks kolmandik. / .../*

D2: / .../ *paraku on kuidagi niimoodi kujunenud, et need lapsevanemad on ise kah natukene abitud, nad ei oska... noh, siis on teist tüüpi lapsevanemad, kes eitavad probleeme: "ei ole, minu laps ei ole selline." Siis on kolmandad kes ütlevad: „jah, hästi, püüame teha“ ja noh, need kes meil nagu pidevalt, või noh pidevalt või noh mingi teatud regulaarsusega selliste asjadega hakkama saavad, siis nende vanemaid me teame, me teame, et me noh, me helistame, me kutsume, me räägime, aga me väga abi ei saa sealt ju lõpuks. / .../*

D4: / .../ *Vanemaid me võime ju noh neid kõiki siia kutsuda, aga me ei saa nagu mitte midagi teha kui keegi ei tule... et noh, tulebki leppida, et ongi need erinevad tõesed ja ega siin peale selgitamise midagi muud nagu teha ei olegi. / .../*

Arutleti ka selle üle, et vanemate kaasamine ei pruugi alati anda positiivseid tulemusi.

D3: / .../ *kui liiga palju sekkuvad, võib see mõjuda lapsele nii et ta hoopis muutub naeruväärseks teistele, kiusatavaks jne. Seal on tohutult palju igasuguseid kombinatsioone ja põhjuseid. / .../*

Nii nagu näitasid Teejuhis sisalduvad üldised soovitusused, on oluline leppida kokku kiusamise mõiste ja defineerida see, et kogu koolipere kiusamist ühtmoodi mõistaks. Kuna kõik koolijuhid olid arvamusel, et kiusamist mõistetakse erinevalt, ja ka intervjuuerija märkas, et kõik koolijuhid ise ei mõista seda nii nagu teaduslikus määratluses on kokku lepitud, on soovitatav tuua kiusamise definitsioon Teejuhis eraldi välja.

D1: / .../ *kindlasti on probleemiks ka see, et me ei tunne alati kiusamist ära... See kiusamine, kuna ka õpilased on väga erinevad ja mõni õpilane on väga tundlik, siis isegi õpetaja võib tahtmatult hakata õpilast kiusama. Kui õpilane näiteks ei taha seal teiste ees võimelda, laulda, luuletust lugeda, ja siis õpetaja ütleb: "misasja, kõik peavad lugema, ka*

sina pead lugema." Mõni õpilane võtab seda õpetaja poolse kiusamisena... ja see õpilane hakkabki tunnist hiilima, ta ei lähegi sinna enam. Ta istub selle tunni näiteks raamatukogus ja ta ütleb, et ma ei saa.. ma ei saa teiste ees kõva häälega lugeda. / .../

D3: / .../ enne kui me ei lepi kokku et kõik saavad asjadest aru ühtemoodi, enne ei juhtu mitte midagi. / .../

D4: / .../ tegelikult tuleb see nagu hästi ära defineerida, et misasi see on, et kõik saaksid ühtemoodi aru. Sest et siin on jah seesama koolivägivald ütleme ja noh, et kust jookseb see piir, et millal üks muutub teiseks. / .../

Kuna kiusamine ei toimu alati koolis, tunnevad koolijuhid, et seda on tihti raske kontrollida. Enamasti leiab kiusamine aset siis kui õpetajad seda ei näe ning seepärast on tihti keeruline konkreetseid kiusujuhtumeid ka lõpetada.

D1: / .../ ega see kiusamine ei toimu õpetaja nähes. See toimub vahetunnis, pärast tunde, see toimub kooliteel, see toimub hoopiski näiteks kodus õues... hiljuti oli üks juhtum, mis... (konfidentsiaalne informatsioon) ja siis oli muidugi kohe probleem, et miks kool ei sekku, miks kool mitte midagi ei tee. Noh, teised õpilased näitasid meile... (konfidentsiaalne informatsioon), aga seda mis toimub kodudes, koolist väljaspool, ega me seda ju ei tea. / .../

D3: / .../ see on see, et koolis last kiusatakse. aga mis kodus toimub? mis toimub väljas, sootsiumis, tänava peal? / .../

Kaks koolijuhti avaldasid intervjuu käigus, et puutuvad tihti kokku õpilastega, kelle puhul on raske mõista kas nad on ohvrid või kiusajad. Mõned õpilased otsivad tähelepanu ja neile just kui meeldiks, kui neid kiusatakse.

D1: / .../ lapsevanem tahtis koguaeg sõna sekka öelda, et tema teab ikka teist asja. Poiss aga ütles, et jah, olin küll, olin küll, tegin jah. Aga kodus räägib teist juttu. Teiste laste ees ta ei julgenud öelda, et mina ei teinud, teised tegid, noh, nagu vanematele ütles. Sest ta teab, et siis ta keerab veel rohkem teisi enda vastu. / .../

D3: / .../ nii mõnigi kord tegelikult on kiusatav ise süüdi selles. Ta ise põhjustab selle kiusamise ja siis tuleb kaebama ja tavaliselt siis need kiusajad võetakse letti ja hakatakse neid ülespooma ja see tekitab uue trotsi. / .../

Üks koolijuht tunnetas, et tõhusa kiusuvähenduse soovitustes pandi väga suurt rõhku dokumenteerimisele ja hindamisele, kuid leidis, et meie riigis ei ole ühes koolis nii palju personali, et seda oleks võimalik teostada. Selliste protseduuride täielikuks katmiseks oleks tema sõnul vaja on eraldi inimest, sest, eriti suurte koolide puhul, vajab hindamine, tagasisided, analüüs jm protseduurid väga suurt ajalist ressursi, kuid õpetajaid ei tohiks rohkem koormata. Koolijuht võttis näiteks ja võrdles nende kooli ühe välismaa

teaduskooliga, kellega koos tehakse (teemavälist) projektipõhist koostööd.

D1: /.../ siin me hakkasime mõtlema, et kui palju on (salastatud informatsioon) teaduskoolis õpetajaid, kui palju on õpilasi, kõik on sama. Me oleme praktiliselt üks-ühele – õpilaste arv langeb kokku, õpetajate arv langeb kokku, aga kui me võtame kokku kui palju on koolis personali, siis nendel on kaks korda rohkem. Seal näiteks abiõpetajaid ei loeta õpetajate hulka, nemad on, veel lisaks tugipersonal. Meil on tugipersonaliks täna kolm inimest ja me teeme sisuliselt sama tööd. Nendel on olemas veel ka näiteks juhiabi, assistent ja eraldi personal kes kirjutavadki, dokumenteerivad ja panevad kirja, süstematiseerivad ja katalogiseerivad jne. Selles mõttes meie hmm, meil teevad õpetajad sedasama tööd mida mujalgi teevad kaks-kolm inimest. /.../

Intervjuu käigus andis üks uuritavatest koolijuhtidest mõista, et tema arvates on kiusamine üks osa kooli kultuurist, mis vajab palju eelteadmisi ning personaalset lähenemist, et selle vähendamine oleks ka tegelikult tõhus.

D3: /.../Kiusamine on üks osa kooli kultuurist. Kui me vaatame ainult ühte komponenti, siis meil tervikpilti ei tule. Kui me vaatame süsteemist ühte elementi, siis me ei saa teha järeldust terve süsteemi toimise kohta. Tuleb vaadata seda mis on olulised elemendid selle kiusamisega seonduvalt veel, ja alles siis tuleb tervikpilt ette... sa saad nagu hinnata situatsiooni siis kui sa tead kõiki selle süsteemi elemente ja nende omavahelist toimist. see on süsteemmõtlemine. /.../

Kokkuvõtteks selgus, et Teejuht oleks hea abivahend, mida koolides kasutusele võtta. Andes talle mõningaid sisulisi ja tehnilisi täiendusi, oleksid koolijuhid üldiselt huvitatud seda oma kooli personalile jagama, et lihtsustada nende igapäevatööd. Et suurendada kasutusmugavust, soovitavad koolijuhid lisada kaardistusvahendile salvestuse ja muutmise võimalused ning läbitegemise suurusjärgu protsentuaalse arvestuse. Suurendamaks Teejuhi kasulikkust, soovitasid direktorid lisada Teejuhile kaks-kolm teemaplokki – tõhusate kiusuvähenduse meetodite põhjalik kirjeldus, küberkiusamisega seonduv teave ja valik usaldusväärseid hindamisvahendid ning küsimustike kooliperele, et hinnata kiusamise vähendamise tõhusust ja rahulolu koolipere hulgas.

7. Arutelu

Koolikiusamine mõjutab õpilaste heaolu ja turvalisust koolikeskonnas ning selle vähendamine on ülimalt oluline (Garandeau & Cillessen, 2006; Farrington & Ttofi, 2009; AERA, 2013). Eesti koolides tehtav kiusamise ennetamine ja vähendamine ei ole seni andnud tähelepanuväärseid tulemusi (Aasvee & Rahno, 2012; Chester et al., 2015; Markina &

Žarkovski, 2014), mistõttu tuleb kiusamise vähendamisele pöörata suurt tähelepanu ja otsida kitsaskohti. Teadusmaailmas on ligi neli aastakümnet uuritud kiusuvähendamise meetodikat ning arutletud nende tulemuslikkuse üle. Uuringute põhjal saab järeldada, et kõikehõlmav ja süsteemaatiline kava toimib väga edukalt (Barbero et al., 2012; Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009; Thompson & Smith, 2011), kuid kahjuks on kiusamise vähendamises tõhusust näidanud praktikate ja elementidega seonduva teabe jõudmine Eesti koolijuhtideni olnud seni üsna lünklik. Selleks, et Eesti koolides tõepoolest kiusamist vähendada, on vaja koolijuhtidele anda süsteemaatilist ülevaadet kasulikest tegevustest, mille abil oma koolis kiusuennetust ja kiusujuhtumite lahendamist korraldada. Seega on oluline koondada teaduspõhine teave kiusamise vähendamise kohta praktikutele kättesaadavaaks ja toetada koolijuhte oma koolides kiusamise vähendamiseks tõhusate valikute tegemisel, millest sai alguse idee arendada magistritöö raames abimaterjal Teejuht.

Magistritöö eesmärgiks oli koostada koolijuhtidele teadusuuringutele toetuv veebipõhine abimaterjal Teejuht ning kirjeldada seda katsetanud koolijuhtide arvamuste põhjal materjali kasulikkust, kasutusmugavust ning arendusvõimalusi. Tulemuste põhjal võib öelda, et Teejuhti peeti seda katsetanud koolijuhtide poolt kasulikuks ja mugavaks abimaterjaliks, et toetada kiusamise vähendamisega seonduvat tööd koolis, kuid viidati ka erinevatele võimalustele, mis võiksid seda veel väärtuslikumaks, põhjalikumaks ja kasutusmugavamaks muuta. Peamiste ja mahukamate arendusideedena toodi välja tõhusate kiusuvähenduse elementide ja ennetus- ning sekkumismeetodite põhjalikuma avamise ning kontrollitud tõhususega hindamisvahendite komplekti väljatoomise Teejuhi uute osadena. Lisaks toodi välja ka küberkiusamise teabe olulisus ja tehti ettepanek see Teejuhti lisada.

Antud magistritöö peamine uurimisküsimus on: mil määral aitab antud töö raames koostatud Teejuht seda katsetanud direktorite arvates neil oma koolis tehtavast kiusamise vähendamise tööst ülevaadet saada ning kavandada tõhusamat kiusamise vähendamist? Sellesarnast abistavat paketti ei ole varem Eestis koostatud ja katsetatud, kuid töös eelnevalt tutvustatud olukorda kirjeldavad uurimused viitavad vajadusele taolise toetuse järgi.

Esimese alaküsimusega sooviti teada saada kui kasulikuks hinnati loodud Teejuhti ja millist kasu sellest täpsemalt saadi. Tulemustest selgus, et Teejuht osutus väärtuslikuks abimaterjaliks, mis eelkõige visualiseeris ja pani koolijuhte tõsiselt keskenduma hetkeolukorrale koolis ning andis mõtteid kevadisteks nõupidamisteks. Kaardistamise instrumenti ja sellega kaasnenud personaalset tagasisidet nähti järelkontrolli võimalusena, mis uuringute andmetel on seotud ka kiusuvähenduse jätkusuutlikkusega ja suurendab kiusuvähenduse tõhusust (Barbero et al., 2012).

Õpetajad vajavad koolitamist, et olla koolikiusamise vastases töös produktiivsemad (Veenstra et al., 2014). Mõned koolijuhid kas juba jagasid saadud materjale oma personaliga, või planeerisid seda lähiajal teha. Ka uuringud näitavad, et lapsed tajuvad õpetajat tõhusa kiusuvähendajana ja juba see aitab vähendada kiusamist (Saarento, Boulton & Salmivalli, 2015), mistõttu tulebki panustada õpetajatele usaldusväärse teabe jagamisse.

Koolijuht, kes hindab eelkõige just kiusamise ennetust, leidis Teejuhi soovitude plokist ideid, mille üle arutleda oma kooli personaliga. Ka uurimused näitavad, et suurt rõhku tasub panna kiusujuhtumite ennetusele läbi empaatia arendamise (Borgwald & Theixos, 2013; Farrington & Ttofi, 2009; Rigby, 2010).

Teise alaküsimusega sooviti saada tagasisidet Teejuhi kasutusmugavuse kohta, mis uuringu andmetel osutus positiivseks, kuid sisaldas ka mitmeid ideid, kuidas muuta seda veel käepärasemaks. Teejuhi veeblilehe kasutamine oli uuritavate arvates lihtne, ega tekitanud lisaküsimusi. Ka valdkonnaspetsialist Ken Rigby (s.a.) peab oluliseks, et heakskiidetud kaardistamise instrument on kõigile kättesaadav ja avalikult ligipääsetav läbi interneti. Koolijuhid väitsid, et Teejuhis sisalduvad osad – kaardistamise instrument ja kokkuvõtte üldiste soovitude kohta kiusamise vähendamiseks, olid lihtsasti leitavad.

Esimese osa, hetkeolukorra kaardistuse instrumendi katsetamise järgselt toodi välja, et selle ülesehitus valdkondade ja sihtrühmade kaupa on küll loogiline, kuid esmakordsel kasutusel ei olnud võimalik tuvastada kui mitu vahejaotust see sisaldab ning millist ajakulu eeldab. Tulevikus soovitati kaardistamisvahendile lisada protsentide skaala, mis visualiseeriks juba läbitud etappide mahtu. Kuna kaardistus on pikk ja oluline protsess mis nõuab süvenemist, soovitasid koolijuhid lisada sellele vahesalvestamise võimaluse, et ootamatute olukordade tekkides ei peaks hiljem otsast alustama vaid saaks jätkata pooleliolevast kohast. Koolijuhtide tagasisidest selgus ka kolmas hindamisvahendi arenduse idee – teha hindamisprotsessi jooksul võimalikuks liikumist eelmiste jaotuste juurde, et vajadusel oma vastuseid muuta. Põhjuseks nimetati, et kaardistamise jooksul võivad meenuda erinevad meetodid mille kasutuses ja teostuses enne kindel ei oldud ja vastused ning arvamused võivad seeläbi muutuda. Eriti aktuaalne võib see olla siis, kui kaardistaja ei tegele teemaga igapäevaselt.

Kaardistamisjärgselt sai Teejuhi kaardistuse põhjal küsida ka personaalset tagasisidet, mis oli koolijuhtide jaoks oluline ja näitas ära kitsaskohad. Võimalus muuta oma vastuseid liigeldes erinevate jaotiste vahel annaks direktoritele täpsema tagasiside. Kaardistamisjärgse tagasiside kohta ei olnud uuritavatel ühtegi arendamise ideed, kuid uurija ise leiab, et tulevikus võiks selle koostamine olla automaatne.

Teejuhi teine suurem osa üldised soovitusel kisuamise vähendamiseks koolis, mis oli koostatud meetodite ja võtmetegevuste tõhusust analüüsinud uuringute toel, osutus kasutuse poolest samuti mugavaks, lihtsaks ja loogiliseks. Soovitusel väärtus seisnes koolijuhtide jaoks võimaluses toetada õpetajaid jt personali, sest nagu näitavad uuringud, siis ka koolijuhtide arvamusel on efektiivne ja koolitatud koolipersonal on väga oluliseks eelduseks toimivale ja tõhusale kiusuennetustööle (Farrington & Ttofi, 2009; Veenstra et al., 2014).

Niisiis, kasutusmugavuse tõstmiseks vajab Teejuht arendamist peamiselt tehniliste lahenduste nõol. Selleks on tarvilik suunata Teejuhi arendusse ressursse ning kaasata IT-tugi. Vajadus rahalise toetuse järele on paratamatu, et tagada mistahes suuremahulise programmi toimimise (Rigby, s.a.)

Kolmanda alaküsimusega sooviti teada saada mil viisil saaks Teejuhti veel paremaks ja kasulikumaks muuta. Uurimise käigus läbiviidud intervjuu käigus ilmnes, et selleks on palju erinevaid võimalusi ning üldiselt koolijuhtide ideed ei kordunud.

Vaatamata Teejuhi ja selle osade kompaktsel ülesehitusel toodi välja, et vajaduspõhiselt peaks lisaks üldiste soovitusel kokkuvõttele olema võimalik võtta kasutusele ka põhjalikumad materjalid ja meetodite kirjeldused. Ka uuringud näitavad, et suurepärane kava sisaldab endas strateegiaid nii kiusu ennetamiseks kui ka juba toimunud juhtumitega tegelemiseks (Farrington & Ttofi, 2009) ja vastavalt olukorrale peab olema võimalus valida sobivaim, sest on tõestatud, et rakendatava strateegia tõhusus võib sõltuda soost, vanusest, kultuurist jm näitajatest (AREA, 2013; Evans et al., 2014; Pepler & Craig, 2014). Kuigi Smith (2016) ütleb, et koolid ja õpetajad kipuvad üldjuhul kohandama neile pakutud programme, siis Eesti koolide nõrgad tulemused ja intervjuueeritavate koolijuhide arvamused näitavad, et ainult kohandamisest ei piisa. Koolijuhid tõid intervjuus tõhusta kiusuvähenduse ühe piiranguks välja, et pea kõik olukorrad on unikaalsed ja meetodite valik annaks personalile võimaluse selekteerida. Teejuhis võiks koolijuhtide arvates luua selleks eraldi teemaploki.

Thompson ja Smith (2011) ütlevad, et kiusuvastase töö mõju kohta peaks olema võimalik küsida tagasisidet, et teha järeldusi ja vajadusel korrekture. Selle asemel, et arendada enda materjale, soovivad spetsialistid kasutada juba kontrollitud tõhususega hindamisvahendite ja rahulolu küsimustikkude komplekte (Baumann, et al., 2008; Evans, et al., 2014; Farrington & Ttofi, 2009; Pepler & Craig, 2014; Rigby, s.a.). Ka koolijuhid tõid välja, et Teejuhtile annaks juurde suurt väärtust, kui Teejuht sisaldaks usaldusväärsed hindamisvahendid mida oma töös kasutada.

Slonje ja Smith (2008) on oma teadusartiklis arutlenud ka küberkiusamisest, ning uurinud

seda kui kõige uuemat kaudse kiusamise tüüpi mis tekkis käsikäes tehnoloogiliste seadmete, nagu arvutite ja mobiiltelefonide, massilise kasutuselevõtiga. Ühe koolijuhi soovitusel kohaselt muudaks Teejuhti väärtuslikumaks ka küberkiusamise teabe olemasolu ja tõi intervjuus välja selle aktuaalsuse. Ta pidas seda uuema aja probleemiks, millest nõ vanemal generatsioonil puuduvad tõenduspõhised teadmised. Lisaks eelnevale pidasid koolijuhid oluliseks ka kiusamise definitsiooni formuleerimist Teejuhi materjalidesse. Kuna kõik ei pruugi kiusamist üheselt mõista, ka soovivad Thompson ja Smith (2011) sõnastada: mis on kiusamine, mis saab kui see juhtub, mida peaks tegema ise ja mida teeb kool. Samuti soovivad spetsialistid lähtuda defineerimisel ka soo, rassi, puude jt mõjutustest. Ka intervjuu käigus jäi uurimuse läbiviijale mulje, et kõik koolijuhid ei tea täpset kiusamise määratlust ja ei erista seda agressiivsusest, mistõttu on mõistlik soovitus lisada Teejuhile põhjalik kiusamise definitsioon.

Kokkuvõtteks võib öelda, ei Teejuht on kasulik abimaterjal kiusamise vähendamiseks koolis, kuid vajab arendamist, et olla põhjalikum ja pakkuda täpsemaid meetodite ning põhimõtete kirjeldusi ning spetsialistide poolt soovitatud hindamisvahendeid. Selle võlu seisneb kompaktsuses ning võimaluses siduda selle alla plokkide kaupa valikuid koolijuhtide väljapakutud teemadest, mille järgi on neil vajadus. Kui Teejuht oleks ülevaatlikum ja hõlmaks endas konkreetseid kasulike tegevuste kirjeldusi, säästaks see koolis palju tööaega ja vaeva, ning annaks seeläbi kooliperele usaldusväärset teavet mille abil kiusamist koolist tulemuslikult vähendada. Tuleb arvestada, et ulatusliku programmi rakendamine nõuab palju ressursse, kuid samas võib tulemusrikas kiusuvähendus redutseerida vaimse tervisega seotud väljaminekuid ning parandada haridusalast edu ja saavutusi (Smith, 2016). Uurija soovib jätkata Teejuhi arendamisega võttes arvesse uuringus osalenud koolijuhtide soovitusi, kuid kaaluda veel teistegi koolide kaasamist ja uurimuse suunamist tugipersonalile.

7.1 Töö kitsaskohad ja praktiline väärtus

Peamiseks piiranguks võib pidada asjaolu, et koolijuhtide ettepanekutes ei olnud üksmeelt. Uurija märkas, et osad ideed, mis küll koolijuhtidel katsetamise järgselt tekkisid, olid intervjuu ajaks ununenud ja et neid meenutada, oli tihti vaja ise vestlust suunata. On üsna suur võimalus, et koolijuhid jätsid tänu sellele midagi ütle mata. Kindlasti oleks soovituslik uurimust korrata ja kaasata sellesse uusi koole. Kaaluda tuleks ka katsetamisjärgseks arutluseks planeeritavate teemade saatmist koolijuhtidele, et nad märgiksid oma testimisjärgsed kogemused üles ja oskaksid soovi korral ettevalmistada. Lisaks tundus uurijale kohati, et direktorid ei ole päris täpselt kursis nende koolis tehtava kiusamise

vähendamise täpsete protseduuridega. Mõned koolijuhid tunnistasid ka ise, et tugipersonal või õppealajuhataja oleks olnud pädevam kaardistama hetkeolukorda ja arutlema nendel teemadel, sest just nemad tegelevad kiusamise valdkonnaga koolis. Seega tuleks kaaluda uurimuse suunamist, et tabada neid, kes teemaga koolis sisuliselt tegelevad. Samas on oluline siiski haarata kaasa ka koolijuhte, sest just koolijuhid on sageli võtmeks kasvõi kiusamisvastaste programmide edukal rakendamisel (Spiel et al, 2011).

Töö suurim praktiline väärtus seisneb asjaolus, et realiseerides koolijuhtide väljapakutud Teejuhi arenduse ideid ja toetades Teejuhti vajalike ressurssidega tehniliste lahenduste katmiseks ning usaldusväärsete hindamisvahendite hankimiseks, saab Eesti koolijuhtidele võimaldada mahuka abimaterjalide paketi, et kavandada ja läbiviia kiusamise vähendamisega seonduvaid tegevusi nende koolis.

Tänuõnad

Täna kõiki uurimuses osalenud koolijuhte nende väärtusliku aja ja soovitude eest ning panuse eest abimaterjali arendamisesse. Aitäh perekonnale ja lähedastele toetuse eest. Minu eriline tänu kuulub Reinule ja Arnole, kes olid oma nõuannetega suureks abiks töö valmimisel.

Autorsuse kinnitus

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

22.05.2017

8. Kasutatud kirjandus

- Aasvee, K., & Rahno, J. (2015). *Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring. 2013/2014 õppeaasta. Tabelid*. Külastatud aadressil https://intra.tai.ee/images/prints/document/144776947825_HBSC_2014_kogumik.pdf.
- Aasvee, K., Eha, M., Härm, T., Liiv, K., Oja, L., & Tael, M. (2012). *Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2009/2010. õppeaasta Eesti HBSC uuringu raport*. Külastatud aadressil <http://rahvatervis.ut.ee/bitstream/1/5577/1/Aasvee2012.pdf>.
- American Educational Research Assosiation (AERA). (2013). *Preventing bullying in schools, colleges and universities: Research report and recommendations*. Washington, DC: American Educational Research Assosiation.
- Barbero, J. A. J., Hernandez, J. A. R., Esteban, B. L., & Garcia, M. P. (2012). Effectiveness of antibullying school programmes: A systematic review by evidence levels. *Elsevier. Children and youth services review*, 34, 1646-1658.
- Borgwald, K., & Theixos, H. (2013). Bullying the bully. Why zero-tolerance policies get a failing grade. *Social Influence*, 8:2-3, 149-160.
- Burger, C., Stohmeier, D., Spröber, N., Baumann, C., & Rigby, K. (2015). How teachers respond to school bullying: An examination of self-reported intervention strategy use, moderator effects, and current use of multiple strategies. *Teaching and Teacher Education*, 51, 191-202.
- Chester, K. L., Callaghan, M., Cosma, A., Donnely, P., Craig, W., Walsh, S., & Molcho, M. (2015). Cross- national time trends in bullying victimization in 33 countries among children aged 11, 13 and 15 from 2002 to 2010. *European Journal of Public Helth*, 25, 61- 64.
- Eesti Noorsootöö Keskus. (s.a.). Külastatud aadressil <https://www.entk.ee/programm-hooliv-klass>.
- Eetikaveeb (s.a.). Teadustöö eetika. Külastatud aadressil <http://www.eetika.ee/et/teaduseetika/teadustoo>.
- Evans, C. B. R., Fraiser, M. W., & Cotter, K. L., (2014). The effectiveness of school-based bullying intervention programs: A systematic review. *Agression and Violent Behavior*, 19, 532-544
- Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). *School-Based Programs to Reduce Bullying and Victimization*. Campbell Systematic Reviews, 2009:6
- Garandeau, C. F., & Cillessen, A. H. N. (2006). From indirect aggression to invisible aggression. A conceptual view on bullying and peer group manipulation. *Elsevier. Agression and violent behavior*, 11, 612-625.
- Harcourt, S., Jasperse, M., & Green, V. A. (2014). "We were Sad and We were Angry": A

- Systematic Review of Parents' Perspectives on Bullying. *Child & Youth Care Forum*, 63(3), 373-391.
- Hawley, P.H., & Williford, A. (2015). Articulating the theory of bullying intervention programs: Views from social psychology, social work and organizational science. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 3-15.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (2005). Uurimisprotsess. E. Uuspõld (Toim), *Uuri ja kirjuta*. Tallinn: Medicina.
- Kalmus, V., Masso, A., & Linno, M. (2015). *Kvalitatiivne sisuanalüüs*. Külastatud aadressil samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys.
- Karu, M., Turk, P., Suvi, H., & Biin, H. (2012). *Lapse õiguste ja vanemluse monitooring. Laste ja täiskasvanute küsitluse kokkuvõte*. Tallinn: Poliitikauuringute Keskus Praxis.
- Kiusamisvaba Haridustee Kontseptsioon (KHK). (2017). Tartu: Haridus- ja Teadusministeerium. *Kiusamisestvabaks* (s.a.). Külastatud aadressil <http://kiusamisestvabaks.ee>.
- Kivaprogram* (s.a.). Külastatud aadressil <http://www.kivaprogram.net/estonia>.
- Koolirahu* (s.a.). Külastatud aadressil <http://koolirahu.lastekaitseliit.ee/demoleht/>
- Kõiv, K. (2006). *Kiusamiskäitumise mitu tahku: õpilastevaheline kiusamine, õpilaste kiusamine õpetajate poolt, õpetaja kiusamine õpilaste poolt ning õpetajate kiusamine kooli personali ja lapsevanemate poolt*. Tartu: OÜ Vali Press trükikoda.
- Kyriakides, L., & Creemers, D. P. M. (2013). Characteristics of effective schools in facing and reducing bullying. *School Psychology International*, 34(3), 348-368.
- Lastekaitse Liit* (s.a). Külastatud aadressil <http://www.lastekaitseliit.ee/organisatsioon/ajalugu/ettvotmised/>.
- Lasteombudsman* (s.a.). Külastatud aadressil <http://www.lasteombudsman.ee>.
- Lindberg, S., Lehrmann, K., & Kampmann, J. (2009). *8th report on "Free from Bullying". Experiences of using the school suitcase and the friendship programme "Better Buddies"*. Roskilde: Centre for Childhood, Youth and Family Life Research.
- Markina, A., & Žarkovski, B. (2014). *Laste hälbiv käitumine Eestis*. Tallinn: Justiitsministeerium. *Maryfoundation* (s.a.). Külastatud aadressil <http://www.maryfonden.dk/en/free-of-bullying>.
- OECD (2017). "Bullying", in PISA results (Volume III): Students' Well-Beeing, OECD Publishing, Paris.
- Mirka, H. (2016). *Eesti koolides kasutusel olevad meetmed kiusamise vähendamiseks KiVa pilootprojektiga liitunud koolide näitel*. Publitseerimata magistritöö. Tartu Ülikool.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and We Can Do*. Oxford, UK: Blackwell.
- Olweus, D. (2013). *School bullying: Development and Some Important Challenges*.

- Pepler, D., & Craig, W. (2014). *Bullying Prevention and Intervention in the School Environment: Factsheets and Tools*
- Rigby, K. (s.a.). *Elements of a school anti-bullying policies*. Külastatud aadressil: <http://www.kenrigby.net/05-Elements-of-a-school-antibullying-policy>.
- Rigby, K. (2010). *Bullying interventions in schools: Six basic approaches*. ACER Press. Australian Council for Educational Research Ltd.
- Rigby, K., & Griffiths, C. (2011). Addressing cases of bullying through the Method of Shared Concern. *School Psychology International*, 32(3), 345-357.
- Saarento, S., Boulton, A., J., & Salmivalli, C. (2015). Reducing bullying and victimization: Student- and classroom-level mechanisms of change. *Journal Of Abnormal Child Psychology* 43(1), 61-76.
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group. A review. *Elsevier. Aggression and violent behavior*, 15, 112-120.
- Samm-Sammult. (s.a.). Külastatud aadressil <http://samm-sammult.ee/>
- Slonje, R., & Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49, 147-154.
- Smith, P. K. (2011). Why interventions to reduce bullying and violence in schools may (or may not) succeed: Comments on this Special Section. *International Journal of Behavioral Development*, 35(5), 419-423.
- Smith, P. K. (2016). Kiusamisvastane sekkumine koolis. *Eesti Haridusteaduste Ajakiri*, 4(2), 118-141.
- Spiel, C., Salmivalli, C., & Smith, P. K. (2011). Translational research: National strategies for violence prevention in school. *International Journal of Behavioral Development*, 35(5), 381-382.
- Strömpl, J., Selg, M., Soo, K., & Šahverdov-Žarkovski, B. (2007). *Eesti teismeliste vägivallatõlgendused*. Auratrükk. EV Sotsiaalministeerium.
- Tartu Ülikooli Eetikakeskus (s.a.). Külastatud aadressil <http://www.eetikakeskus.ut.ee>.
- Terviseinfo (s.a.). Külastatud aadressil: <http://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/koolis/>.
- Thompson, F., & Smith, P. K. (2011). *The Use and Effectiveness of Anti- Bullying Strategies in Schools*. Goldsmiths. University of London.
- TORE (s.a.). Külastatud aadressil [http:// www.tore.ee](http://www.tore.ee).
- Vaiksoo, T. (2010). *Koolivägivalla ning kiusamise ennetamisele ja vähendamisele suunatud tegevused Eesti koolide dokumentides*. Publitseerimata magistritöö. Tartu Ülikool.
- Veenstra, R., Lindeberg, S., Huitsing, G., & Sainio, M. (2014). The Role of Teachers in Bullying:

The Relation Between Antibullying Attitudes, Efficacy and Efforts to Reduce Bullying.

Journal of Educational Psychology, 106(4), 1135-1143.

Õpetajate Leht. (2014). *Loodi liikumine Kiusamisvaba Haridustee Eest*. Külastatud aadressil <http://www.lastekaitseliit.ee/2014/12/opetajate-leht-loodi-liikumine-kiusamisvaba-haridustee-eest/>.

Õunapuu, L. (2014). *Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes*. E. Kärner (Toim). Tartu Ülikool.

Lisa 1. Kaardistamise küsimustiku näidis

KIUSAMISVASTASTE TEGEVUSTE KAARDISTAMINE KOOLIS

Küsimustik aitab koolijuhtidel kaardistada tegevusi, mida nende koolis kiusamise ennetamiseks ja peatamiseks tehakse. Tegevused on kategoriseeritud kolme valdkonda: ennetus, sekkumine ja hindamine ning lähtuvad neljast sihtrühmast: õpilased, lapsevanemad, personal ja juhtkond. Lõppu on toodud välja tegevused, mis on uuringute andmetel osutunud kasututeks või lausa kahjulikeks.

* Kohustuslik

Kooli nimi: *

Personali arv: *

Õpilaste arv: *

Millised tugispetsialistid töötavad koolis? *

Milliste tugispetsialistide teenus on koolile kättesaadav väljaspoolt kooli? *

Kui suureks probleemiks peate kiusamist oma koolis? *

Üldse mitte 0 1 2 3 4 5 Väga suur

Ennetustegevused

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist ennetavad tegevused õpilaste hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Õpilased on kaasatud klassireeglite sõnastamisse
- Koolis tegutseb tugiõpilaste grupp, kes viib läbi erinevaid kiusamise ennetamisele suunatud tegevusi - üritusi, kampaaniaid jne (nt T.O.R.E vmt)
- Kooli õpilasomavalitsus tegeleb kiusu ennetuse teemadega
- Õpilased on omal algatusel korraldanud kiusamisvastaseid ja positiivset käitumist toetavaid tegevusi
- Õpilased teevad grupitöid, et tekitada ja hoida ühtsustunnet
- Õpilastele viiakse läbi kiusamisteemalisi tunde
- Õpilastele tehakse kiusamisvastaseid grupitöid ja rollimänge
- Koolis on kasutusel sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arengut toetavad arvutimängud
- Politsei käib õpilaste hulgas ennetustööna kiusamise alast teavet jagamas

Ennetustegevused

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist ennetavad tegevused lapsevanemate hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Kool suunab lapsevanemaid kiusamise ennetamiseks tegema koostööd oma lastega
- Kooli personal tekitab teadlikult lapsevanemates huvi koolis toimuva kiusuvastase töö vastu.
- Kooli personal kutsub kiusamise ennetamiseks lapsevanemaid koostööle
- Kooli personal kutsub vanemaid osalema kiusamisteemalistes aruteludes
- Lapsevanematele on tehtud kergesti kättesaadavaks informatsioon kiusamist ennetavate tegevuste kohta koolis

Ennetustegevused

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist ennetavad tegevused personali hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis on moodustatud personaligrupp, mis veab kiusuennetustööd kogu koolis
- Õpetajad tegelevad enda sotsiaal- emotsionaalse pädevuse arendamisega
- Õpetajad toetavad ja levitavad positiivset käitumist oma eeskuju ja suunamisega
- Õpetajad suudavad hoida klassis distsipliini
- Õpetajad viivad läbi suhtlemisõpetuse tunde
- Õpetajad seovad kiusamise ennetamise temaatikat ainetundidesse
- Klassijuhatajad sõnastavad koostöös lastega klassi reeglid
- Õpetajad soodustavad õpilaste omavahelisi häid suhteid ja koostööd grupitööde kaudu
- Õpetajad võimaldavad õpilastele usaldusväärseid kiusamisteemalisi infomaterjale
- Õpetajad arendavad õpilaste sotsiaal-emotsionaalseid oskusi
- Õpetajad võimaldavad lapsevanematele usaldusväärseid kiusamisteemalisi infomaterjale
- Õpetajad teevad lapsevanematega koostööd kiusamise ennetamiseks
- Õpetajad julgustavad lapsevanemaid kiusamise teemadel sõna võtma
- Õpetajad on saanud kiusuennetuse alast täienduskoolitust

Ennetustegevused

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist ennetavad tegevused juhtkonna poolt?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis on koostatud kiusamisvastane tegevuskava
- Kooli kiusamisvastast tegevuskava rakendatakse aktiivselt
- Kooli kiusamisvastased tegevused, väärtused ja hoiakud sisalduvad kooli kodukorras
- Kooli poolt on õppekavasse sõnastatud kooli tegevused ja tagajärjed õpilase väärkäitumise korral
- Kiusamise ennetamisega tegeletakse kogu õppeaasta jooksul
- Kooli poolt on sõnastatud ja nähtavaks tehtud vaba aja veetmise reeglid kooli territooriumil

- Kooli poolt on korraldatud mänguväljakute ja teiste puhkekohtade jälgimine vahetunni ajal
- Kooli poolt on õpilastele tagatud ajaveetmise viise ja kohti tunniväliseks ajaks
- Juhtkond korraldab mänguväljakute ja teiste puhkekohtade arendamist ja parandamist, tagades õpilastele mitmekülgseid ajaveetmise viise tunniväliseks ajaks
- Kooli poolt on sõnastatud sööklas käitumise reeglid, mis on söökla läheduses nähtaval kohal
- Kooli poolt on organiseeritud söökla jälgimine vahetunni ajal
- Kool võimaldab personalile ja lapsevanematele usaldusväärseid kiusamisteemalisi infomaterjale
- Kool võimaldab personalile tõhusa kiusuennetusega seonduvat õpet
- Kool korraldab personalile regulaarselt koosolekuid arutlemaks kiusamise teemadel

Sekkumine koolis

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused õpilaste hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis tegutseb tugiõpilaste grupp, kes vajadusel osaleb kiusamisjuhtumi lahendamises (nt T.O.R.E vmt)
- Õpetajad viivad kiusamisjuhtumi korral läbi klassiarutelusid
- Personal julgustab lapsi rääkima kiusamisjuhtumist
- Personal suunab õpilasi tegema koostööd kiusamisjuhtumi lahendamiseks
- Kooli poolt on õpilastele tagatud erinevaid võimalusi kiusamisest teatamiseks
- Õpilasi on teavitatud, et personal ja juhtkond tagavad õpilastele vajadusel konfidentsiaalsuse

Sekkumine koolis

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused lapsevanemate hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Personal suunab lapsevanemaid julgustama oma lapsi rääkima kiusamisjuhtumist
- Personal suunab lapsevanemaid tegema koostööd oma lastega kiusamisjuhtumi lõpetamiseks
- Kooli juhtkond võimaldab lapsevanematele tõhusaid infomaterjale kiusamisjuhtumi lõpetamise kohta (nt voldikuid, raamatuid, veebilehti jmt)
- Lapsevanemaid informeeritakse kui nende lapsega seoses on toimunud kiusamine
- Lapsevanematele on kergesti kättesaadavaks tehtud informatsioon kiusamist tõkestavate tegevuste kohta koolis (nt kooli kodulehel)

Sekkumine koolis

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused

personali hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Personal kaardistab kiusamissituatsioonid vahetult peale nende toimumist
- Kolleegid teevad koostööd ja saavad üksteiselt abi juhtumite lahendamiseks
- Personal töötab individuaalselt kiusamise ohvritega, et neid toetada ja tõsta nende enesekindlust
- Personal töötab individuaalselt kiusajatega, et neid toetada ja olla abiks nende sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamisel
- Kooli personal tagab kiusamisjuhtumi osapoolte leppimise kasutades arutelusid ja lepitamistehnikaid
- Personal on koolitatud ja oskab kasutada tõhusaid kiusamisjuhtumite lahendamise meetodeid
- Kooli personal kasutab Ühise Mure meetodit kiusajuhtumi lõpetamiseks
- Õpetajad selgitavad õpilastele kiusamisjuhtumi lahendamise protseduure koolis
- Õpetajad taastavad ja kinnistavad õpilaste omavahelisi häid suhteid ja koostööd gruppitööde kaudu
- Kooli personal informeerib aset leidnud kiusamisjuhtumitest lapsevanemaid
- Õpetajad selgitavad lapsevanematele kiusamisjuhtumite lahendamise protseduure koolis
- Personal suunab lapsevanemaid rääkima kodus lastega kiusamisjuhtumist
- Vajadusel korraldatakse kiusamisjuhtumi lõpetamiseks vestlusi personali ja tugispetsialistidega
- Kooli personal informeerib aset leidnud kiusamisjuhtumitest kooli juhtkonda
- Personalile on kooli poolt võimaldatud kiusamisjuhtumi dokumenteerimise vorm

Sekkumine koolis

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused juhtkonna poolt?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Kooli poolt rakendatakse kiusamise tõkestamiseks tegevusi, mis on eelnevalt sõnastatud kooli kodukorras
- Kooli poolt on korraldatud juhtumite dokumenteerimine
- Vajadusel kasutab juhtkond tõsisemate olukordade lahendamiseks otseseid karistamismeetodeid (alates heakorratöödest kuni koolist välja arvamiseni)
- Kiusamisjuhtumi peatamiseks eelistab juhtkond kiusaja karistamise asemel probleemi lahendamisele ja olukorra parandamisele suunatud tegevusi
- Vajadusel organiseerib juhtkond kiusamise peatamiseks puhkekohtade ja sööklate intensiivsema jälgimise tagades lisakorrapidajad
- Juhtkond on korraldanud personalile koolitusi kiusamist vähendavate meetodite rakendamise kohta
- Vajadusel korraldatakse personalile arutelusid konkreetse kiusamisjuhtumisse sekkumise võimaluste üle

- Vajadusel võimaldab juhtkond personalile, lapsevanematele ja õpilastele usaldusväärseid infomaterjale kiusamise lõpetamise võimaluste kohta

Sekkumine väljaspool kooli

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused õpilaste hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Õpilased on informeeritud võimalusest saada kiusamise korral täiendavat abi Rajaleidjast või muudest nõustamiskeskustest
- Õpilasi on informeeritud võimalusest saada kiusamise korral täiendavat abi politseist

Sekkumine väljaspool kooli

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused lapsevanemate hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Vanemad on informeeritud võimalusest saada kiusamise korral täiendavat abi Rajaleidjast või muudest nõustamiskeskustest
- Vanemaid on informeeritud võimalusest saada kiusamise korral täiendavat abi politseist

Sekkumine väljaspool kooli

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused personali hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Personal on teadlik võimalusest saada kiusamise korral täiendavat abi Rajaleidjast või muudest nõustamiskeskustest
- Õpetajatel on olemas ülevaade, mis olukordades on võimalik ja vajalik kaasata politsei

Sekkumine väljaspool kooli

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised kiusamist tõkestavad tegevused juhtkonna hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Juhtkond levitab kõigile osapooltele infot võimaluste kohta saada kiusamisjuhtumi lõpetamiseks täiendavat abi nõustamiskeskusest

- Juhtkond levitab kõigile osapooltele infot võimaluste kohta saada kiusamisjuhtumi lõpetamiseks täiendavat abi politseist

Hindamine

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised hindamistegevused õpilaste hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis on olemas usaldusväärne meetod hindamaks õpilaste kogemusi kiusamisega
- Koolis hinnatakse regulaarselt (nt 1 kord aastas) õpilaste kogemusi kiusamisega

Hindamine

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised hindamistegevused lapsevanemate hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis on olemas usaldusväärne meetod hindamaks lapsevanemate kogemusi kiusamisega (nt kontrollitud usaldusväarsusega rahuloluküsitlused)
- Koolis hinnatakse regulaarselt lapsevanemate teadmisi ja kogemusi koolis esineva kiusamise kohta (nt seoses enda lastega)
- Kool suunab lapsevanemaid osalema aruteludes analüüsima kiusamise peatamiseks kasutatavaid strateegiaid ja nende tulemuslikkust

Hindamine

Millisel määral on koolis tagatud, et toimuvad järgmised hindamistegevused personali hulgas?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Koolis on olemas usaldusväärne personaliküsitluse vorm kiusamisega seotud kogemuste kaardistamiseks (nii õpilaste kui täiskasvanute hulgas)
- Koolis hinnatakse regulaarselt personali kogemusi kiusamisega
- Personal analüüsib kriitiliselt kiusamise vähendamise strateegiaid ja nende tulemuslikkust

Hindamine

Millisel määral on koolis tagatud, et juhtkond korraldab järgmisi hindamisega seonduvaid tegevusi?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

- Juhtkond kasutab kiusamiskogemuste mõõtmiseks usaldusväärseid meetodeid
- Juhtkond korraldab regulaarselt kiusamiskogemuste hindamist koolis
- Juhtkond kaardistab regulaarselt õpilaste ja personali abiga koolikeskkonnas leiduvaid “ohukohti”, kus kipub kiusamist sagedamini esinema
- Juhtkond analüüsib kriitiliselt kiusamise vähendamise strateegiaid ja nende tulemuslikkust
- Juhtkond teeb hindamise tulemused kättesaadavaks ja tutvustab neid kõigile osapooltele

KAHELDAVA KASUGA VÕI KAHJULIKUD TEGEVUSED

Millisel määral kasutatakse koolis kiusamise ennetamiseks ja peatamiseks tegevusi, mis on uuringute andmetel kaheldava kasuga või kahjulikud?

JAH

MINGIL MÄÄRAL

EI

EI OSKA ÖELDA

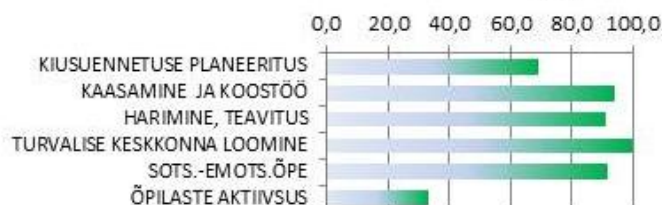
- Kooli personal kasutab kiusamisjuhtumite lõpetamiseks kiusaja karistamist (peale tunde jätmine, asjade äravõtmine, halva käitumishindega karistamine, häbimärgmistamine vm õpilasele ebamugavusi tekitav tagajärg)
- Kooli personal kasutab kiusamisjuhtumite lõpetamiseks kiusajat tõrjuvaid tegevusi (näiteks tunnist või koolist eemaldamine)
- Kooli personal korraldab kiusajatele grupitöid ja grupinõustamisi
- Kool suunab õpilasi ise omavahelist kiusamisjuhtumit ära lahendama
- Kool suunab lapsevanemaid omavahel kiusamisjuhtumit ära lahendama

Lisa 2. Tagasiside näidis

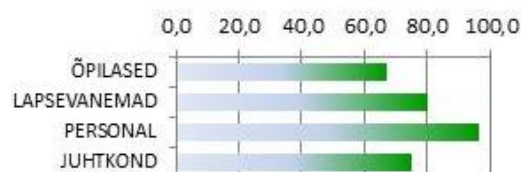
KOOL: NÄIDIS 2017 <http://kvkteejuht.weebly.com>

Järgnevalt on esitatud kokkuvõtte Kiusamisvaba kooli teejuhi kaardistuse tulemustest peamiste valdkondade - ennetus, sekkumine ja hindamine - lõikes. Mida lähemal on tulemus 100%-le, seda täielikumalt on koolis valdkond ja sihtrühm oluliste kiusamise vähendamise tegevustega kaetud (v.a. küsitavad praktikad). Madalamad tulemused osutavad võimalikele arenguvajadustele. Käesoleva kokkuvõtte juurde soovitame lugeda **Soovitusi kiusamise vähendamiseks koolis** Teejuhi kodulehelt.

ENNETUSTEGEVUSTE VALDKONNAD (%)



ENNETUSTEGEVUSED SIHTRÜHMADES (%)



Kiusamise ennetuses on oluline:

järjepidev, planeeritud ja koolipere poolt ühiselt elluviidav kiusamise vähendamise kava:

- turvalise sotsiaalse keskkonna loomine reeglite, teavituse ja ühistegevuste kaudu;
- koolipere (sh lapsevanemate) teadlikkuse tõstmine kiusamisest ja sellega seonduvast;
- koolis kasutatavatest kiusamise ennetamise ja peatamise praktikatest informeerimine;
- koolipere julgustamine kiusamisest rääkima;
- koolipere koostöö soodustamine;
- sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpe koos kiusamise peatamise oskuste õpetusega.

Vt lisa Soovitustest...

TEGEVUSED JUHTUMITE LAHENDAMISEKS



TEGEVUSED JUHTUMITE LAHENDAMISEKS SIHTRÜHMADES



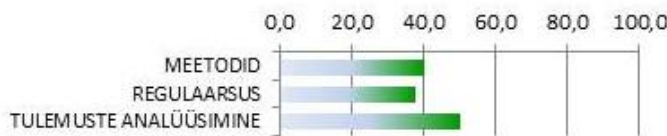
Kiusamisjuhtumite lahendamisel on oluline:

- kokku lepitud ja kooliperele teada olevad (kirja pandud) protseduurid, mida tehakse kiusamisjuhtumi korral (teavitamine, dokumenteerimine, lahendamise põhimõtted);
- tõhusate kiusamisjuhtumite lahendamise oskuste olemasolu vähemalt tugispetsialistidel;
- kooliperel on olemas erinevad võimalused kiusamisest teatamiseks, juhtumeid ei vaikita maha, kuid vajadusel tagatakse konfidentsiaalsus;
- täiskasvanutel on olemas teadmised kuidas toetada erinevas rollis kiusamisega kokkupuutuvaid lapsi (ohvreid, kiusajaid, pealtvaatajaid) kiusamise peatamises;
- täiendava taastava toe võimalus ohvritele ja kiusajatele, nt nõustamine.

Kiusamisjuhtumite puhul võib vajalikuks osutada abi koolist väljastpoolt nt nõustamiskeskustest või politseist. Koolipere kõik liikmed peaks võimalustest teadlik olema.

Vt lisa Soovitusest...

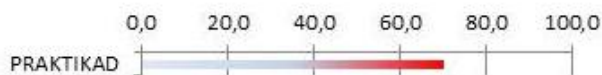
KIUSAMISKOGEMUSTE HINDAMINE JA ANALÜÜS



Kuna tõhus kiusamise vähendamine on töömahukas ja keeruline ülesanne, tasub koguda regulaarselt tagasisidet nii õpilastelt, lapsevanematest kui personali liikmetelt nende kogemuste kohta kiusamisega teie koolis. Selleks on vaja kasutada kvaliteetseid ja usaldusväärseid hindamisvahendeid. Süstemaatilise ja järjepideva kiusuennetuse hindamine peaks olema regulaarne. Tulemusi võiks üheskoos üle vaadata, analüüsida ja teha järeldusi senise tegevuse tõhususe kohta.

Vt lisa Soovitustest ...

KÜSITAVA KASUGA PRAKTIKATE KASUTAMINE



Ka Eesti koolides on levinud praktikaid, mida peetakse kiusamise vähendamisel tõhusaks, kuid mille kohta uurimused annavad vastuolulisi tulemusi või viitavad hoopis kahjulikkusele. Ettevaatlik tasub olla:

- kiusamise peatamiseks kiusaja karistamisega - karistused suurendavad kiusamise sagedust ja selle varjatust;
- kiusaja karistamist tõrjumisega (nt koolist eemaldamine) - see ei aita kiusajal oma käitumist parandada;
- kiusamise lahendamise vastutuse panemist lastele või lapsevanematele - neil puuduvad sageli konstruktiivsed oskused ja olukord kipub eskaleeruma;
- ainult sotsiaal-emotsionaalsete oskuse õppele lootmine - need annavad kasu ainult siis, kui lisaks ka konkreetselt kiusamise teemaga tegeletakse.

Kooli personaliga võiks nende praktikate kasutamise või mittekasutamise üle arutada.

Vt lisa Soovitustest ...

Milline paistab Teie kooli olukord seoses kiusamisvabaduse eest hoolitsemisega praegu?

Mida võiksite järgmiseks oma koolis teha, et olla kiusamisvaba kool?

Koolirõõmu!

Kokkuvõtte koostasid Kristiina Treial ja Helen Kikas

Üldised soovitused kiusamise vähendamiseks koolis

Koostaja: Helen Kikas, 2017

Kiusamist ja selle vähendamise võimalusi on maailmas uuritud juba ligi neli aastakümnet. Ka eesti keeles on avaldatud mõned käsiraamatud, kust koolipere saab abi tegevuste planeerimisel kiusamise vähendamiseks.^{17; 20} Käesolevas materjalis on värskemate uurimuste ja ülevaadete põhjal välja toodud kolm võtmetegevuste valdkonda koos täpsemate tegevuste ja näidetega, mille puhul on uuringud näidanud kasu kiusamise vähendamisel. Lisaks on välja toodud mõned vastuolulise tulemuslikkusega ja lausa kahjulikud tegevused, mida sageli peetakse kasulikuks, kuid uuringute põhjal seda kinnitada ei saa. Metauurimused näitavad üheselt, et parima tulemuse annab kogu kooli hõlmav, nii ennetust kui juhtumite lahendamist sisaldav, järjepidev ja planeeritud tegevus, mille tulemuslikkust ka regulaarselt hinnatakse. Soovituste aluseks olevate allikate loetelu leiame materjali lõpust.

Tabel 1. Uurimustele toetuv kokkuvõte tõhusatest kiusamise vähendamise võtmetegevustest koolis.

<i>Võtmetegevus ja selle kasulikkuse põhjendus</i>	<i>Võtmetegevuse täpsem sisu ja näited</i>
1) Kogu kooli kaasatus. Tõhusaimaks kiusuvastaseks tegevuseks koolis on vajalik kaasata kõik osapooled: õpilased, lapsevanemad, personal ja juhtkond. ^{2; 5; 21}	
<u>Koostöö, head suhted ja positiivne sisekliima</u> Positiivne koolikliima on oluline koolikiusamise ja koolist väljalangemise vähendamisel. ¹ Selle oluliseks eelduseks on kõigi osapoolte head suhted ja koostöö. ^{2; 5; 21}	<u>Võimalused kõigi osapoolte koostöö julgustamiseks:</u> <ul style="list-style-type: none">• Pöörata kogu kooli tähelepanu kiusamisprobleemile ja selgitada lapsevanematele ja lastele kiusamisjuhtumite lahendamise protseduure koolis;

<p>Kooli juhtkonnal on kõige suurem võim kaasata kogu koolipere, panna koolis tugev alus kiusuvastasele tööle ning korraldada selle igakülgne toimimine.¹² Heade tulemuste nimel peab kool panustama nii laste, lapsevanemate kui ka kooli personali teadlikuse, oskuste ja hoiakute arendamisesse.⁴ Samuti peab kõigile osapooltele võimaldama erinevaid kanaleid kiusamisest teatamiseks.^{12; 21}</p>	<ul style="list-style-type: none"> • korraldada ühisüritusi ja kutsuda kõiki osapooli üles neist aktiivselt osa võtma; • levitada kõigile osapooltele usaldusväärset kiusamisteemalist teavet ja materjale nii kiusamise ennetamise kui ka sellele reageerimise kohta; • levitada kõigile osapooltele infot võimaluste kohta saada kiusamisjuhtumi lõpetamiseks täiendavat abi nõustamiskeskusest ja politseist; • tunnustada kõiki osapooli edusammude eest; • võimaldada kõigile osapooltele erinevaid viise ja kanaleid kiusamisest teatamiseks (näiteks tugiõpilased, õpetajad, personal, spetsiaalne e-maili aadress, "murepostkast" jne); • vajadusel tagada konfidentsiaalsus õpilastele, personalile ja lapsevanematele.
<p><u>Õpetajate ja personali kaasamine ja põhjalik koolitamine.</u></p> <p>Õpetajatel on suurim roll nii kiusuennetuse kui ka sekkumise õnnestumisel ja oma õpilaste positiivsel mõjutamisel.^{5; 22}</p> <p>Õpetajad ja personal vajavad tõhusaid meetodeid kiusamise ennetamiseks ja tõkestamiseks ning põhjalikku koolitust nende sihipärase kasutamise kohta. Lisaks vajavad õpetajad koolitamist, et saada kindlustunnet ja olla kiusuvastases töös tulemuslikumad.^{5; 22}</p>	<p><u>Võimalused õpetajate ja personali julgustamiseks ja toetamiseks:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Võimaldada kogu personalile tõhusa kiusuennetusega seonduvat õpet ja kutsuda neid üles koolitustest osa võtma; • korraldada personalile koolitusi kiusamist vähendavate meetodite rakendamise kohta ja vajadusel ka arutelusid konkreetsesse kiusamisjuhtumisse sekkumise võimalustest; • ajanappuse puhul katsetada veebipõhist koolitamist integreerituna

<p>Kui õpilased teavad ja näevad, et õpetajad oskavad kiusamisjuhtumeid peatada, siis juba õpetaja tajumine tõhusa kiusuvähendajana aitab vähendada kiusamist.¹⁵</p>	<p>koosolekute ja kohtumistega;</p> <ul style="list-style-type: none"> • suunata ja abistada õpetajaid tõhusate kiusuennetusmeetodite kasutamises ja vastavalt olukorrale kohandamises; • julgustada personali jagama oma teadmisi ning materjale kõigi osapooltega; • julgustada tegema koostööd kolleegidega ja küsima üksteiselt abi juhtumite lahendamiseks; • koostada ja võimaldada personalile kiusamisjuhtumi dokumenteerimise vorm ning kutsuda üles informeerima kooli juhtkonda ja lapsevanemaid aset leidnud kiusamisjuhtumitest.
<p><u>Õpilaste kaasatus.</u></p> <p>Kiusamine on sotsiaalne nähtus, mis on tugevalt mõjutatud grupidünaamikast.¹² Õpilastel kui kõrvaltvaatajatel on suur roll ja kriitiline tähtsus selle mõjutamises.¹⁹ Vaikimine või kaasa aitamine annab kiusajatele indu, tuge ja heakskiitu.¹⁶ Seetõttu on oluline suunata palju energiat just õpilastesse, mõjutades nende grupidünaamikat läbi sotsiaalsete oskuste õpetamise ja empaatiatreeningu.^{3; 13; 14}</p> <p>Õpilased usuvad, et kiusamise peamiseks eesmärgiks on isikliku positsiooni parandamine või hoidmine, mis toimub teiste staatuse nõrgestamise arvel. Kujundades oskuslikult klassis kehtivaid grupinorme saab muuta ohvri kaitsmist ja mittekiusamise toetamist</p>	<p><u>Võimalused õpilaste julgustamiseks ja toetamiseks:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaasata õpilasi klassireeglite sõnastamisesse; • julgustada positiivset käitumist ja kiita edusammude ning positiivse käitumise propageerimise eest;²¹ • toetada tugiõpilaste gruppide tööd (nt TORE vms), kes viiksid läbi erinevaid kiusamise ennetamisele suunatud üritusi ja kampaaniaid ning vajadusel osaleksid kiusamisjuhtumi lahendamises; • võtta kasutusele sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arengut toetavad arvutimängud jt interaktiivsed meetodid; • viia läbi kiusamisteemalisi tunde, grupitöid ja rollimänge, et tekitada ja hoida ühtsustunnet;

<p>positiivse tagajärjega, autasustatavaks ja staatust tõstvaks tegevuseks.¹⁶ Õpilaste juhitud algatused saavutavad kiiremat edu. Uuringud näitavad, et tugiõpilaste kasutamine on suurepärane võimalus kaasata õpilasi kiusamisvastasesse töösse ja tagada edu suhetega seotud kiusamise tõkestamisel.^{2; 13; 21}</p>	<ul style="list-style-type: none"> • julgustada lapsi rääkima kiusamisjuhtumist ja suunata õpilasi tegema kiusamisjuhtumi lahendamiseks koostööd kodu ja kooliga; • võimaldada anonüümsust ja erinevaid viise kiusamisest teatamiseks.
<p><u>Lapsevanemate kaasatus.</u></p> <p>Kõige toimivam kiusamise vähendamise kava hõlmab kogu kooliperet. Nende kavade puhul toimib tihe koostöö õpilaste, õpetajate, kooli personali ja ka lapsevanemate vahel.^{2; 5; 21} Koostöö eelduseks on kõigi osapoolte vaheline avatud suhtlus.^{4; 11}</p> <p><u>Lapsevanematele usaldusväärse informatsiooni tagamine.</u></p> <p>Lapsevanematel üldiselt puuduvad samad teadmised mis spetsialistidel ning seetõttu jääb neil tihti vajaka ka kindlustundest ja julgusest. Koolis tehtava töö toetamine ja kinnistamine kodus omab väga suurt rolli edukas kiusuvastases töös ning on äärmiselt oluline varustada vanemaid vastavate teadmiste ja oskustega.⁶</p>	<p><u>Võimalused lapsevanemate julgustamiseks ja toetamiseks:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Suunata lapsevanemaid kiusamise ennetamiseks tegema koostööd kooliga ja oma lastega; • suunata ja julgustada lapsevanemaid rääkima kodus lastega kiusamise teemadel ja vajadusel konkreetsest kiusamisjuhtumist; • korraldada lapsevanemate julgustamiseks, nende teadlikkuse tõstmiseks ja oskuste ning hoiakute arendamiseks infotunde/ koosolekuid; • võimaldada kooli poolt lapsevanematele usaldusväärset kiusamisalast teavet ja materjale (nt voldikuid, raamatuid, veebilehti jmt) nii kiusamise ennetamise kui ka lõpetamise kohta ja teha see info kergesti kättesaadavaks (nt kooli kodulehel); • korraldada ühisüritusi, et tõsta ja hoida vanemate huvi koolielu vastu; • korraldada vestlusi ja arutelusid kiusamise teemadel kooli personaliga;

	<ul style="list-style-type: none"> • julgustada vajadusel koolivälise sekkumise võimaldamist ja toetamist; • julgustada küsima tagasisidet kiusamisvastase töö kohta.
2) Kiusuvastase töö sidumine õppekavaga ja kooli igapäevaeluga. Tõhusaimaks kiusuvastaseks tegevuseks koolis on vaja kava, mis oleks järjepidev ning kasutusel terve õppeaasta jooksul. Tegevused peavad olema seotud õppekavaga ja sisalduma kooli igapäevaelus. ^{1; 2; 11; 16}	
<p><u>Sõnastatud on selge kiusamise definitsioon ja kooli tegevused kiusamise vastu.</u></p> <p>Kõik õpilased, lapsevanemad, aga ka õpetajad ei pruugi kiusamist üheselt mõista. Seetõttu soovitatakse märkida kooli kodukorda sisukas kiusamise definitsioon, nimetada kõik selle erinevad vormid²¹ ning sõnastada: mis on kiusamine, mida tehakse kui see juhtub, mida peaks tegema kiusaja või kiusatav ise ja mida teeb kool.^{6; 21} Väga tõhus viis kooli reeglite ja kiusamise tagajärgede sõnastamiseks on kasutada distsiplineerimise meetodeid, kuna need annavad edasi selge sõnumi. Oluline on defineerimisel lähtuda ka soo, rassi, puude jt seotud tendentsidest kiusamise esinemisel.^{12; 21}</p> <p><u>Järjepidev tegevuste sidumine õppeainetega ja igapäevase koolieluga.</u></p> <p>Tugev kiusamisvastane kava on mitmekesine, seotud igapäevaeluga ja on kasutusel kogu õppeaasta jooksul. Seetõttu on oluline käsitleda kiusamise ennetamiseks vajalikke teemasid õppekava osana ja siduda</p>	<p><u>Võimalused kiusuvastase töö sidumiseks kooli igapäevaeluga:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sõnastada kooli kodukorda või muusse dokumenti kiusamisvastased tegevused, väärtused ja hoiakud; • sõnastada kooli kodukorda, kriisiolukorras käitumise kavasid või mõnda muusse asjakohasesse dokumenti kooli tegevused, mida kiusamise tõkestamiseks ja sekkumiseks rakendatakse; • rakendada aktiivselt kiusamisvastast tegevuskava ja tegeleda kiusamise ennetamisega kogu õppeaasta jooksul; • tagada õpilastele ajaveetmise viise ja kohti tunniväliseks ajaks; • siduda kiusamise teemat ainetundidesse, tuua õpilastele näiteid ja lasta neil arutleda.

<p>sellega ka kiusamisvastased tegevused.^{2; 11; 12; 21}</p>	
<p><u>Klassis, mänguväljakul ja sööklas käitumise reeglid ning jälgimine.</u></p> <p>On soodne ja tõhus tegevusliin, mis omab suurt positiivset mõju, sest tunnivälisel ajal leiab kiusamine aset kõige rohkem.⁹ Uuringute andmetel on positiivne koolikliima oluline koolikiusamise ja koolist väljalangemise vähendamisel. Lisaks soodustab turvaline õpikeskkond ka õpiedukust.^{1; 9}</p> <p>Oluline on kaardistada kooli territooriumil rahulikumad ja ohtlikumad alad ning vajadusel tagada viimastes täiskasvanu järelevalve.²¹</p> <p>Turvatunde suurendamiseks ja ühtsustunde soodustamiseks soovitatakse sõnastada klassi reeglid õpetaja ja õpilaste koostööna.⁴</p>	<p><u>Võimalused turvalisema sotsiaalse keskkonna loomiseks ja hoidmiseks:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Koostöös õpilastega sõnastada ja nähtavaks teha klassis käitumise reeglid; • sõnastada ja nähtavaks teha vaba aja veetmise reeglid kooli territooriumil; • panustada mänguväljakute ja teiste puhkekohtade arendamisesse, tagades õpilastele mitmekülgseid ajaveetmise viise tunniväliseks ajaks; • organiseerida kiusamise peatamiseks mänguväljakute, puhkekohtade ja sööklate intensiivne jälgimine ja vajadusel tagada lisakorrapidajad; • sõnastatada sööklas käitumise reeglid, mis on söökla läheduses nähtaval kohal.
<p><u>Meetodite mitmekesisus ja mitmekülgsus.</u></p> <p>Hea ja toimiv kiusamise ärahoidmise kava sisaldab endas strateegiaid nii kiusu ennetamiseks kui ka juba toimunud juhtumitega tegelemiseks.^{3; 5; 21}</p> <p>Korraldades koolis kiusuennetust ja sekkumist on soovituslik võtta arvesse õpilaste erinevusi ja vajadusel kohandada meetodid vastavalt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tagada personalile tõhusate meetodite kogumikud ja koolitused nende sihipärase kasutamise kohta (nt kiusuennetusprogrammides sisalduvad tegevuskavad ja materjalid, klassiruumisisesed kokkulepped, söökla- ning mänguväljakureeglid, gruppitööd ja rollimängud, empaatiatreeningud, interaktiivsed videomängud, tugigruppide oskuslik rakendamine, ohvri psüühika tugevdamise meetodid, vahendamistehnikad, suhete taastamise ehk lepitamise

<p>vanusele ja sole.^{1; 2; 4; 11}</p>	<p>tehnikad ning Ühise Mure meetod e. Pikase meetod jne);</p> <ul style="list-style-type: none"> • julgustada personali muutma ja kohandama kasutuses olevaid kiusuennetus- ja sekkumistegevusi vastavalt laste arengutasemele, arvestades õpilaste erinevusi; • julgustada vajadusel kasutama lisaks muudele meetoditele ka individuaalset lähenemist, s.o. vestlusi nii kiusaja kui ohvriga; • meetodi ebaedu korral leida ja rakendada uued tõhusad alternatiivid.
<p>3) Jätkusuutlikkus, hindamine, analüüs ja muudatused.</p> <p>Kavad, mille tulemuste kohta sai teostada järelkontrolli, on näidanud, et positiivne mõju väheneb kui programmi ei hoita töös püsivalt.^{2; 21}</p> <p>Efektiivseimaks kiusuvastaseks tegevuseks koolis on vaja tegevuskava, mille tõhusust kord aastas hinnatakse, analüüsitakse ja vastavalt vajadusele korrigeeritakse. Hindamiseks on vaja kasutada usaldusväärseid küsimustikke ja rahulolu-uuringuid.^{1; 7}</p> <p>Mida jätkusuutlikum on ennetus- ja sekkumistegevus, seda paremaid tulemusi see annab.² Võimalus hinnata kiusamisvastase tegevuskava tõhusust on äärmiselt oluline ja vajalik. Tegevuste mõju kohta peab olema võimalik küsida tagasisidet, et teha järeldusi ja vajadusel ka korrekture.^{12; 21}</p>	
<p><u>Progressi jälgimine ja kaardistamine.</u></p> <p>Kiusamisjuhtumeid ja hetkeolukorda koolis soovitatakse kaardistada kasutades spetsiaalset kaardistusinstrumenti,²¹ mis annaks ülevaate juba tehtavast kiusuennetus -ja sekkumistööst, ning toetaks kiusuvastase töö planeerimist.⁹ Hindamismeetodid ja küsimustikes kasutatavad</p>	<p><u>Tegevuste hindamise ja analüüsi võimalused:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Korraldada regulaarselt kiusamiskogemuste hindamist koolis ja kasutada selleks usaldusväärseid meetodeid; • hinnata regulaarselt õpilaste kogemusi kiusamisega; • hinnata regulaarselt lapsevanemate kogemusi kiusamisega (nt

<p>küsimused tuleb hoolikalt sõnastada, et saada usaldusväärseid tulemusi. Võimalusel tasub kasutada varem välja töötatud ja kontrollitud usaldusväärsega hindamisvahendeid.^{1; 7}</p> <p><u>Järjepidev hindamine ning tegevuste muutmine vastavalt vajadusele, tagades jätkusuutlikuse.</u></p> <p>Hetkeolukorra kaardistamise ja rahulolu küsitluste läbiviimine ning analüüsimine toob välja tehtud töö tugevused ja nõrkused, võimaldades vajadusel teha korrekture ja arendada tegevusplaane tulevikuks, muutes kiusamisvastast tegevust koolis tugevamaks, tõhusamaks ja jätkusuutlikumaks.¹²</p>	<p>rahuloluküsitluse raames) ja nende teadmisi ning kogemusi koolis esineva kiusamise kohta (nt seoses enda lastega);</p> <ul style="list-style-type: none"> • võtta kasutusele usaldusväärne personaliküsitluse vorm kiusamisega seotud kogemuste kaardistamiseks (nii õpilaste kui täiskasvanute hulgas) ja hinnata selle abil regulaarselt personali kogemusi⁸; • kaardistada regulaarselt õpilaste ja personali abiga koolikeskkonnas leiduvaid “ohualasid”, kus kipub kiusamist esinema sagedamini; • analüüsida kriitiliselt kiusamise vähendamise strateegiaid ja nende tulemuslikkust; • korraldada kiusamisjuhtumite dokumenteerimine ja pidada nende üle arvestust; • teha hindamise tulemused kättesaadavaks (nt koosolekutel, kohtumistel) ja tutvustada neid kõigile osapooltele.
--	--

Vähesed uuringud võimaldavad mõõta kiusamist piisava täpsusega, et tulemused oleksid üheselt mõistetavad ja edasiviivalt usaldusväärsed. Kvaliteetsete hindamisvahendite leidmine on jätkuvalt väljakutse⁴. Usaldusväärsed hindamistulemused on aga kriitilise tähtsusega kasutatavate kiusamise vähendamise meetodite tegeliku mõju hindamisel. Uuringud näitavad, et koolides on leidnud laialt kasutust mõningad meetodid, mida sageli peetakse kasulikeks, kuid kogutud andmed seda ei tõesta ning ka kõik valdkonnaspetsialistid ei ole nende tõhususe osas ühel meelel (vt tabel 2). Läbivaks soovitus on neid meetodeid ja kasutamist erinevates kooliastmetes tulevikus põhjalikumalt uurida.^{4; 5; 10; 16}

Tabel 2. Kahjulikud ja vastuolulised tegevused kiusamise vähendamisel koolis ning neis peituvad kasulikud võimalused.

<i>Kahjulik või vastuoluliste tulemustega kiusamisvastane tegevus</i>	<i>Positiivse kasutamise võimalused</i>
<p><u>Otsesene karistamine distsipliini tagamiseks.</u></p> <p>Laialt levinud "Nulltolerantsi" põhimõtetel tegutsemist ehk otseste karistusmeetmete kasutamist kiusamise lõpetamiseks peetakse ebaefektiivseks ja lausa kahjulikuks.^{2; 3; 5} Otsesed karistamismeetodid pigem suurendavad kiusamist ja muudavad seda varjatumaks, tekitavad kättemaksu, lõikavad kiusajad ühiskonnast välja ega paranda olukorda.³ Kiusajad vajavad pigem õigele teele suunamist ja tuge.^{3;16}</p> <p>Küll aga näitavad uuringud tõhusust otseste sanktsioonide kasutamisel kiusuennetuse faasis nt reeglite sõnastamisel, kuna ütlevad selgelt, et kiusamine on väär ning kirjeldavad kiusamise võimalikke tagajärgi.²¹</p>	<p><u>Võimalused tõhusaks distsiplineerimise meetodite kasutuseks:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vältida kiusamissituatsiooni sekkumisel ja lõpetamisel õpilaste häbimärgistamist, avalikku karistamist ning koolist väljaarvamist, vaid eelistada suhete parandamist ja õpilaste käitumise ning uskumuste modifitseerimist;^{2; 5} • kasutada distsiplineerimise meetodeid, et sõnastada kooli kodukorda käitumise reeglid: kooliruumides üldiselt, klassis, sööklas, mänguväljakutel jt puhkekohtades; • kasutada distsiplineerimise meetodeid, et sõnastada kooli kodukorda kiusamise tagajärjed ja kooli tegevused sellele reageerimiseks; • keskenduda kiusamisjuhtumi lõpetamiseks nii ohvrite kui ka kiusajate toetamisele ja probleemi lahendamisele.^{4; 9; 21} <p>a) julgustada personali kasutama sekkumiseks individuaalset vestlemist kiusamise ohvritega, et neid toetada ja tõsta nende enesekindlust (nt ohvri tugevdamise meetod, suhtlemisoskuste arendamine);</p> <p>b) julgustada personali kasutama sekkumiseks individuaalset</p>

	<p>vestlemist kiusajatega, et neid toetada ja olla abiks nende sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamisel (nt eneseteadvustamine, vastutuse võtmine).</p>
<p><u>Õpilaste sotsiaalsete oskuste ja empaatiavõime arendamine.</u></p> <p>Spetsialistides tekitavad erimeelsusi empaatia-treeningud ja muud sotsiaal-emotsionaalseid oskusi arendavad meetodid ning nende tõhusaim kasutusviis.^{4; 5; 10; 18} Mõningad uuringud näitavad, et antisotsiaalse käitumise vastu aitab kõige enam just empaatiatreening ja positiivsete sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õpetamine,^{3; 21} kuna kiusajad tulevad sageli kodudest, kus puudub positiivne eeskuju ja vanemate tähelepanu. Nende negatiivne käitumine on harilikult tugevalt seotud kehvade kogemustega kodus, mistõttu peetakse valeks neid selle eest karistada, hoopis vastupidi, vajavad nad õigele teele suunamist ja igakülget kaasamist.^{3; 16} Kuna kiusamine väheneb vanuse kasvades, võib järeldada, et empaatiatreeningud ja sotsiaalsete oskuste õpetamine siiski omab positiivset mõju.^{5; 13} Sotsiaal-emotsionaalne treening jm selle alla kuuluvad tegevused on tõhusad pigem kiusamise ennetamiseks, mitte tõkestamiseks.^{10; 11; 21}</p>	<p><i><u>Soovitused sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamiseks nii, et see ka kiusamist vähendaks:</u></i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Arvestada, et vestlusringide, rollimängude, grupitööde jm sotsiaal-emotsionaalseid oskusi õpetavate ennetustegevuste läbiviimine ei anna silmapaistvaid tulemusi kui neid käsitleda ilma juhtumite lahendamist toetavate meetoditeta;^{4; 10} ● arvestada, et positiivse tegevuse julgustamine ja halva tegevuse mahalaitmine annab paremaid tulemusi pigem 2. kooliastmes;^{5; 21} ● pidada silmas, et "leebed" karistused (nt tõsised jutuajamised, privileegidest ilmajätmine) on tõhusamad 1. kooliastmes, sest edastavad selge sõnumi, seevastu vanematele lastele mõjuvad pigem vestlused (kuidas kiusajat aidata ja mida teha, et ta enam nii ei teeks) jm karistamist vältivad tehnikad;⁵ ● toetada õpilastevahelisi grupitöid kiusamissituatsiooni tõkestamise võimaluste kohta, kuid kindlasti kaasata juht/vahendaja(d) (nt õpetaja, tugiõpilased vm kooltatud personal).⁵

Kasutatud kirjandus

1. American Educational Research Association (AERA). (2013). *Preventing bullying in schools, colleges and universities: Research report and recommendations*. Washington, DC: American Educational Research Association.
2. Barbero, J. A. J., Hernandez, J. A. R., Esteban, B. L., & Garcia, M. P. (2012). Effectiveness of antibullying school programmes: A systematic review by evidence levels. *Elsevier. Children and youth services review*, 34, 1646-1658.
3. Borgwald, K., & Theixos, H. (2013). Bullying the bully. Why zero-tolerance policies get a failing grade. *Social Influence*, 8:2-3, 149-160.
4. Evans, C. B. R., Fraiser, M. W., & Cotter, K. L. (2014). The effectiveness of school-based bullying intervention programs: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 19, 532-544
5. Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). *School-Based Programs to Reduce Bullying and Victimization*. Campbell Systematic Reviews, 2009:6.
6. Harcourt, S., Jasperse, M., & Green, V. A. (2014). "We were Sad and We were Angry": A Systematic Review of Parents' Perspectives on Bullying. *Child & Youth Care Forum*, 63(3), 373-391.
7. Hawley, P.H., & Williford, A. (2015). Articulating the theory of bullying intervention programs: Views from social psychology, social work and organizational science. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 3-15.
8. Kõiv, K. (2006). *Kiusamiskäitumise mitu tahku: õpilastevaheline kiusamine, õpilaste kiusamine õpetajate poolt, õpetaja kiusamine õpilaste poolt ning õpetajate kiusamine kooli personali ja lapsevanemate poolt*. Tartu: OÜ Vali Press trükikoda.
9. Kyriakides, L., & Creemers, D. P. M. (2013). Characteristics of effective schools in facing and reducing bullying. *School Psychology International*, 34(3), 348-368.
10. Lawner, E. K., & Therzian, M. A. (2013). What works for bullying programs- Research brief. *Child Trends*.
11. Pepler, D., & Craig, W. (2014). *Bullying Prevention and Intervention in the School Environment: Factsheets and Tools*.
12. Rigby, K. (s.a.). *Elements of a school anti-bullying policies*. Külastatud aadressil: <http://www.kenrigby.net/05-Elements-of-a-school-antibullying-policy>.
13. Rigby, K. (2010). *Bullying interventions in schools: Six basic approaches*. ACER Press. Australian Council for Educational Research Ltd.
14. Rigby, K., & Griffiths, C. (2011). Addressing cases of bullying through the Method of Shared Concern. *School Psychology International*, 32(3), 345-357.
15. Saarento, S., Boulton, A. J., & Salmivalli, C. (2015). Reducing bullying and victimization: Student- and classroom-level mechanisms of change. *Journal Of*

Abnormal Child Psychology 43(1), 61-76.

16. Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group. A review. *Elsevier. Aggression and violent behavior*, 15, 112-120.
17. Sharp, S., & Smith, P. K. (2004). *Võitlus koolikiusamisega. Juhised turvalise koolikeskkonna loomiseks*. Tartu: El Paradiso.
18. Smith, P. K. (2011). Why interventions to reduce bullying and violence in schools may (or may not) succeed: Comments on this Special Section. *International Journal of Behavioral Development*, 35(5), 419-423.
19. Spiel, C., Salmivalli, C., & Smith, P. K. (2011). Translational research: National strategies for violence prevention in school. *International Journal of Behavioral Development*, 35(5), 381-382.
20. Sullivan, K., Clearly, M., & Sullivan, G. (2004). *Kiusamine koolis. Mis see on ja kuidas sellega toime tulla*. Tartu: Atlex.
21. Thompson, F., & Smith, P. K. (2011). *The Use and Effectiveness of Anti- Bullying Strategies in Schools*. Goldsmiths. University of London.
22. Veenstra, R., Lindeberg, S., Huitsing, G., & Sainio, M. (2014). The Role of Teachers in Bullying: The Relation Between Antibullying Attitudes, Efficacy and Efforts to Reduce Bullying. *Journal of Educational Psychology*, 106(4), 1135-1143.

Lisa 4. Intervjuu kava

Tervitustekst:

Oleme tänulikud, et olete nõus katsetama hetkel arenduses olevat abimaterjali koolijuhtidele ning andma seeläbi oma panuse Kiusamisvaba kooli Teejuhi loomisesse.

Oleme ette valmistanud mõned küsimused, mille abil kaardistada Teie kogemusi ja mõtteid seoses arendatava Teejuhiga. Intervjuuks on plaanitud umbes 1 tund. Soovin vestlust salvestada, kas olete nõus?

Kõik, mis me siin räägime, on konfidentsiaalne, ühegi kooli ega indiviidi nime ei avaldata.

Mul on käes intervjuu kava, mida ma meie vestluse käigus jälgin ja siia teen ka vajadusel märkmeid.

Kas olete valmis?

I Esmalt paar üldisemat küsimust:

1. Kui oluliseks Te üldiselt peate kiusamise vähendamisega tegelemist koolist?
2. Kui piisavaks hindate oma kooli personali teadmisi ja oskusi kiusamise vähendamisel?

II Nüüd räägime lähemalt Kiusamisvaba kooli Teejuhist:

1. Kui põhjalikult jõudsite Teejuhiga tutvuda?
 - a. Milliste osadega jõudsite tutvuda
 - b. millised osad tegite läbi
 - c. ja kas küsisite oma kooli kohta ka personaalset tagasisidet?
2. Millised on Teie esimesed mõtted pärast Teejuhiga tutvumist?
3. Kui kasulikuks hindate Kiusamisvaba kooli Teejuhti?
 - a. hetkeolukorra kaardistamise instrumenti
 - b. personaliseeritud tagasiside võimalus hetkeolukorra kaardistuse põhjal
 - d. soovitude kokkuvõtet
 - e. palun tooge mõned näited, millist kasu te täpsemalt saite.
4. Milliseid raskusi kogesite Teejuhi kasutamisel?
5. Kui kaua Teejuhiga tutvumine/läbi tegemine Teil aega võttis?
 - a. Milliseks Te ajakulu hindate?
6. Milliseks hindate Teejuhi kasutusmugavust?
 - a. Mida soovitaksite, et Teejuhi kasutamine oleks veel mugavam?

7. Kas soovite veel midagi lisada?

Suur tänu vastamast! Huvi korral võin saata magistritöö elektrooniliselt e-mailile. Töö peaks valmima juunikuus. Tänusõnad.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Helen Kikas

(sünnikuupäev 18.03.1988),

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose
Kiusamisvaba Kooli Teejuht – abimaterjal koolijuhtidele,

mille juhendaja on Kristiina Treial

1.1. reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2. üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Tartus, 22.05.2017